خالید ئێرتوغروڵ

هاوسەرێتی

هەنگاو بە هەنگاو

ARA Media Center

هاوسەرێتی

هەنگاو بە هەنگاو

نووسەر
خالید ئێرتوغروڵ

بسم الله الرحمن الرحيم

ناوی کتێب: هاوسەرێتی.. هەنگاو بە هەنگاو
نووسەر: خالید ئێرتوغروڵ
وەرگێڕ: دۆستی عوسمان
پێداچوونەوە: بەفراو جەمال
نۆبەی چاپ: یەکەم - هاوینی ٢٠١٥
نرخ: (٦٠٠٠) دینار

لەبەڕێوەبەرایەتی گشتیی کتێبخانە گشتییەکان ژمارە (١٧٨٤)ی ساڵی (٢٠١٤)ی پێ دراوە

پێشەکی

پەرتووکە بڵاوکراوەکانمان لەلایەن خوێنەران و بەتایبەتیش چینی قوتابیانەوە گرنگیی زۆریان پێدراوە، هەر لەبەر ئەمە پێشنیاری زۆرمان بۆ هاتووە سەبارەت بە بابەتی پەرتووکە نوێیەکانمان، لەسەروو هەمووشیانەوە داواکرابوو کە پەرتووکێك دەربارەی (هاوسەرگیری) بنووسم.

ئێمەش ڕاپرسییەکمان لە نێوان قوتابیاندا ئەنجام دا سەبارەت بەو باسانەی جێگەی بایەخیانە تا لە دووتوێی پەرتووکێکی سەبارەت بە هاوسەرگیریدا بیخەینە بەر باس، لە ئەنجامدا (٣٨) بابەتمان هەڵبژارد تا بیانکەینە سەر بابەتی پەرتووکی (هاوسەرێتی.. هەنگاو بە هەنگاو).

بەگشتی بابەتە هەڵبژێردراوەکان پەیوەندییان بە تاك و خێزان و کۆمەڵەوە هەیە، بەو هیوایەی خوێنەر بە کۆمەڵێك زانیاریی وا ئاشنا بکەین، کە زامنی پێداویستییەکانی هاوسەرگیرین لەم ڕۆژگارەماندا.

لەم ساڵانەی ڕابردوودا چەندین پەرتووك سەبارەت بە هاوسەرگیری نووسراون، لەنێو ئەمانەشدا بوونی ئەو پەرتووکانەی کە هاوسەرگیریی بە دامەزراوەیەکی بنەڕەتیی کۆمەڵگە وەسف دەکەن بەرەوپێشچوونێکی دڵخۆشکەرەیە؛ چونکە چەند گرنگی بە خێزان بدرێت، هێندەش تاك و کۆمەڵ ئاسوودە و کامەران دەبن.

زۆرێك لەو قەیرانە کۆمەڵایەتییانەی دووچاری هەندێك وڵات بوون

بەهۆی فەرامۆشکردنی بایەخی خێزانەوە هاتووەتە کایەوە، بۆیە دەبینین لە ئێستادا هەوڵەکانیان بۆ باشکردنی ڕەوشی خێزان بە شێوەیەکی بەرچاو چڕ کردووەتەوە. لە وڵاتانی خۆشماندا بەهۆی زۆریی قەیرانە کۆمەڵایەتییەکانەوە ئیدی پێویستە زۆر بە جددی ئاوڕ لە خێزان بدرێتەوە.

بەوپێیەی ئێمە پەروەرشیاری ئەو قوتابیانەین کە هاوسەرگیرییان لەپێشە، بەرپرسیارێتییەکی گەورەمان لە ئەستۆدایە. هەر بۆیە لەپێناو ئامادەکردنی ئەم کتێبەدا، سەدان پەرتووك و نووسراوم خوێندووەتەوە و هەڵمسەنگاندوون، دیارترینیشیان پەرتووکەکەی دۆستی خۆشەویستم (جەمیل تۆکپنار) بوو بە ناونیشانی (خۆشەویستیی تاسەر).

لە پەرتووکی (هاوسەرێتی.. هەنگاو بە هەنگاو)دا شێواز و ڕێچکەیەکی جیاواز گیراوەتە بەر و، لەپاڵ خستنەڕووی زانیارییەکاندا جەخت لەسەر چۆنییەتی پیادەکردنیشیان کراوەتەوە، جگە لەوەش گرنگییەکی تایبەت بەو بابەتانە دراوە کە پەیوەندییان بە پێویستییە گرنگەکانی مرۆڤ و گیروگرفتی ڕۆژانەوە هەیە.

لە ڕوویەکی دیکەشەوە، ئەم پەرتووکە بە ڕیزبەندییەك داڕێژراوە کە هەر لە بابەتی هەڵبژاردنی هاوەڵی ژیانەوە تا بابەتی خۆشویستنی منداڵ و نەوەکانی لەخۆگرتووە، بەمجۆرەش ئاماژە بە زۆرترین ڕووی ژیانی خێزانداری و چارەسەری کردەیی بۆ کێشەکان دەکات.

سوپاسی هەموو ئەو قوتابیانەم دەکەم کە وەك باوك و پەروەرشیار و تاکێکی کۆمەڵگە ماندووبوون لە ئامادەکردنی ئەم پەرتووکەدا.

هیوادارم هەمووان سوودمەند بن...

خالید ئێرتوغروڵ

١

هەنگاوی یەکەم

دەتانەوێت ئەو ژیانی هاوسەرگیرییە هەڵبسەنگێنن کە پێکتان هێناوە، یاخود بە نیازی پێکهێنانین؟

دەتانەوێت ژیانی خێزانداریتان یاخود ئەو ژیانەی کە بیر لە پێکهێنانی دەکەنەوە بە شێوەیەکی گشتی هەڵبسەنگێنن و چاوێکی پێدا بخشێننەوە؟ گەر ئاسوودەیی ژیانی هاوسەرگیریتان لا مەبەستە، ئەوا ڕاشکاوانە وەڵامی ئەم پرسیارانەی خوارەوە بدەنەوە.

١. ئایا دەزانن بۆچی بەدیهێنراون و، بۆچی دەژین؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢. بە پێی پێویست یەکتری دەناسن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٣. بەرنامەیەکتان هەیە بۆ پەروەردەکردنی خۆتان؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٤. بە گرنگییەوە لەو ڕەخنە و سەرنج و تێبینیانە دەڕوانن کە تایبەتن بە ئێوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٥. هەوڵێکی (تایبەت)تان داوە بۆ بەجێهێنانی ئەرکە (مرۆڤایەتی) یەکانتان لە کۆمەڵگەدا؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٦. بەها مەعنەوی و ئایینییەکانتان لە ئاستێکی شیاودا دەبیننەوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٧. کۆنترۆڵی هەڵسوکەوتەکانتان دەکەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٨. لە جیهانی ئەزموون و دونیادیدەییتاندا گرنگی بە ڕێز و خۆشەویستی دەدەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٩. هیچ توێژینەوە و لێکۆڵینەوەیەك ئەنجام دەدەن بۆئەوەی تاکێکی زیاتر سوودبەخش بن بۆ خۆتان و خێزانەکەتان؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٠. دەزانن لە سەروبەندی خۆئامادەکردنتاندا بۆ هاوسەرگیری ئەرکی سەرشانتان چییە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١١. شارەزای پێوەرەکانی هەڵبژاردنی هاوسەری ژیانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٢. تەکنیکەکانی ناسینی هاوسەر دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٣. ژیانی خێزانداریتان بە جددیترین لایەنی ژیانتان دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٤. بۆ پێکهێنانی ژیانی خێزانداریتان تامەزرۆن؟ یا جۆش و خرۆشێکی تایبەت دایگرتوون؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٥. هەوڵی باشتان لە بوارە زانستی و ئایینی و ئەخلاقییەکاندا خستووەتە گەڕ بۆ بەڕێوەبردنی ژیانی هاوسەرداریتان بە باشترین شێوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٦. لە هەڵبژاردنی هاوبەشی ژیانتاندا هەڵسەنگاندنێکی ژیرانە و عاقڵانە و دوور لە هەڵچوونتان کردووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٧. لە هەڵبژاردنی هاوسەری ژیانتاندا جوانییەکانی ناخیتان لە سەروو

ڕووخسارییەوە داناوە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٨. بەرپرسیارییەتییەکانی ماوەی دەستگیراندارى دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

١٩. لە ڕۆژەکانی سەرەتای ژیانی هاوسەریتاندا (پەیمانی هاوسەرداریی وەفادارانە)تان لەگەڵ یەك بەستووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٠. پاش تێپەڕبوونی چەند ساڵێك بەسەر هاوسەرگیریتاندا کاتێك ڕووبەڕووی کێشەی (ڕانەهاتن) یا (نەگونجان) دەبنەوە دەزانن چ کارێك بکەن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢١. دەزانن لە هاوسەرگیریدا چ سوود و خۆشبەختییەك چاوەڕێتانە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٢. زانست و لێهاتوویی پێویستتان بۆ بەڕێوەبردنی خێزان هەیە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٣. ڕووە زانستی و ئایینی و ئەخلاقییەکانی پەروەردەکردنی منداڵ دەزانن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٤. بە ڕادەی پێویست خۆتان ئامادەکردووە بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی کێشە خێزانی و ئابووری و دەروونییەکان و هاوشێوەکانیان؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٥. بەدواداچوونتان بۆ پێوەرەکانی هەڵبژاردنی خانوو و دراوسێ کردووە؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٦. دەزانن چۆن پەیوەندی لەگەڵ خزموکەس و ڕیشسپییەکانی بنەماڵەدا ببەستن؟

☐ بەڵێ ☐ نەخێر

٢٧. لەسەر شێوازی بەڕێوەچوونی کارەکانی ناوماڵ و هاوکاریکردنی یەکتری ڕێککەوتوون؟

□ بەڵێ □ نەخێر

٢٨. ئامادەکارییەکی تۆکمەتان کردووە بۆ زاڵبوون بەسەر دەمەبۆڵە و لێکتێنەگەیشتنەکاندا؟

□ بەڵێ □ نەخێر

٢٩. پاش پێشهات یا رووداوێکی ناخۆش و نەخوازراو تەکنیکی بەدەستهێنانەوەی دڵ و هێورکردنەوەی کەشەکان دەزانن؟

□ بەڵێ □ نەخێر

٣٠. خاڵە سەرەکییەکانی متمانەبوون و سازکردنی کەشێکی ئاسوودەتان لە نێو خێزانەکەتاندا لەبەرچاوگرتووە؟

□ بەڵێ □ نەخێر

٣١. ڕێگەچارەکانی ڕزگاربوون لە وەسوەسە و غیرە و دڵپیسیی و فشارەکانی نێو خێزان دەزانن؟

□ بەڵێ □ نەخێر

٣٢. هەوڵتان داوە خۆتان لە زوو تووڕەبوون و دڵڕەنجاندن و کاردانەوەی خێرا ڕزگار بکەن و بەدوای چارەسەرکردنیدا بگەڕێن؟

□ بەڵێ □ نەخێر

٣٣. دەزانن ئەرکی سەرشانتان چییە بۆئەوەی خێزانەکەتان نوقمی خۆشەویستی و لێبووردەیی بکەن؟

□ بەڵێ □ نەخێر

گەر وەڵامەکانتان بۆ ئەم پرسیارانە ئێوەی دڵنیا کردبێتەوە و لە ئاستی پێویست دا بووبێت، ئەوا پێویستتان بە خوێندنەوەی ئەم کتێبە نییە، بەڵام ئەگەر بەپێچەوانەوە بێت، ئەوا بەدڵنیاییەوە پێویستە بیخوێننەوە.

بۆ ئەوەی بە کەمترین گیروگرفت درێژە بەو ژیانە بدەن کە پێکتانهێناوە یاخود پێکیدەهێنن ئەم پەرتووکە بەباشی بخوێننەوە؛ چونکە ڕێگەچارە و پراکتیکی زۆر گرنگتان پێشکەش دەکات.

بە هیوای خێزانێکی ئاسوودە و بەختەوەر...

2

هەنگاوی دووەم

هاوسەرگیری پێویستییەکی لەبن نەهاتووە

"ئەوەی کە پێویستییەکانی مرۆڤ لە هەموو شتێك زیاتر دابین دەکات، دۆزینەوەی دڵێکە کە خەمخۆر و هاوڕازی بێت".

بەدیعوززەمان سەعیدی نوورسی

ناسیاوێکم کە ژیانی خێزانیی بە بارێکی گران دەبینی و، وای دەزانی کە ژیانی سەربەستی و تەنیایی خۆشحاڵیی لە دوایە، وازی لە هاوسەرەکەی هێنا و منداڵەکانی لە جێیەك دانا و، بەمجۆرە خۆی خزاندەوە ناو کۆمەڵگە، بەو خەیاڵەوە کە ئیدی کەس سەری نایەشێنێت و، لەوەو دوا چێژی ژیان دەکات.

بەڵام ئەم خەیاڵانەی هەر زوو بەباداچوون؛ چونکە هەم لە گەرموگوڕیی لانەی خێزانیی خۆی بێ بەش کرد و، هەم لە کۆمەڵگەشدا دووچاری ساردوسڕی زیاتر بوو!

بۆیە هەر زوو دەرکی بە ئەفسوونی دۆستایەتی مرۆڤەکان کرد؛ چونکە لەگەڵ نەمانی پارەکانیدا بەها و ڕێزیشی لای کەسانی بەناو هاوڕێیدا نەما.

هەروەها تێگەیشت کە تانەوتەشەری خەڵکی زۆر لە بۆڵەی خێزانەکەی

بەئازارترە، بۆیە پاش ئەوەی پەنجەی پەشیمانیی گەست، بۆی دەرکەوت تەنانەت دەنگی گریانی منداڵەکانی -کە خەوی لێ دەزڕاند- زۆر لە هاوار و نەڕەی ناو ئەو بار و یانانە لا خۆشترە کە تێیاندا شەو بە ڕۆژ دەگەیەنێت.

هەرچی بێت ئەندامانی خێزانەکەی لە هەژاری و نەبوونی ئەم دەگەیشتن، بەڵام مرۆڤە نەناسیاو و چاوبرسییەکان لەم ڕووەوە زۆر بێ بەزەیین.

بەمشێوەیە ئەو ڕێگەیەی بۆ ئاسوودەیی و سەربەستی گرتییە بەر بەرەو هەڵدێری برد، بەڵام لە دوا ساتدا بڕیاری دا بگەڕێتەوە لای خێزانەکەی.

پاش ئەوە بەم شێوەیە باسی لە ئەزموونە تاڵەکەی دەکرد بۆ دەوروبەرەکەی:

"خراپترین کەشی نێو خێزان لە باشترین تەنیایی گەلێك چاکترە".

ئەمەش بەسەرهاتێکی تابڵێیت پەندئامێزە بۆ ئەوەی تێبگەین کە هاوسەرگیری و خێزان چەندێك گرنگن.

مرۆڤ، تەنها لە ناو خێزاندا و لەگەڵ هاوسەر و منداڵەکانیدا بە ئاسوودەیی ڕاستەقینە شاد دەبێت.

تورکان شۆرای

خوای گەورە مرۆڤەکانی بە جۆرێك بەدیهێناوە کە پێویستیان بەیەکتری بێت و یەکدیش تەواو بکەن.

مرۆڤەکان خاوەنی تایبەتمەندییەکانی (پێکەوە ژیان و، پێکەوە دابین کردنی پێداویستییەکان و، تێکۆشان بۆ گەیشتن بە ئامانجەکان و، ژیانی ئارام و ئاسوودە لەگەڵ یەکدیدا)ن. ئەم بەهرانەش بە پێکەوەنانی خێزان دێنە بەرهەم، نەك بە ژیانی گۆشەگیری و تەنیایی، واتە دەستخستنی ئاسوودەیی پەیوەستە بەم ژیانەوە.

لە هاوسەرداریدا دوو ڕەگەز یەکتری تەواودەکەن، واتە دوو جەستە، دوو دڵ، دوو ڕۆح و دوو کەسایەتی یەکدەگرن و وەك یەك جەستەیان لێدێت. بەمجۆرە دوو کەسی جیاواز بە هەستی (ئێمە)وە دەجوڵێنەوە و، دوو دونیای جیاواز یەك دەگرن؛ چونکە گرنگترین بنەمای دابینکردنی پێداویستییە مەعنەوییەکانی مرۆڤ، دۆزینەوەی دڵێکی هاوشان و هاوڕازە.

هاوسەرگیریی بونیادێکی زۆر پتەو و، لانەیەکی زۆر مەزنە، چونکە جگە لە یادگارییەکانی ڕۆژانی ڕابردوو، ئاسوودەیی داهاتووشی لە ئامێزگرتووە.

ڕۆژ بـە ڕۆژ سـوودەکانی هاوسـەرگیری بـۆ تـاك و کۆمـەڵ و تەنانـەت دەوڵەتانیـش زیاتـر ڕوون دەبنـەوە. لـەو کۆمەڵگـە ڕۆژئاواییانـەدا کـە بناغەی خێـزان داتەپیـوە و بەهایەکـی نەمـاوە؛ گـرژی و ئاڵوزییـەکان لەئاسـتێکی پێوانەییـدان، لـە دیاردەکانـی: پچڕانـی پەیوەندییـەکان و، دوورکەوتنـەوەی خەڵکـی لـە یەکـدی و، نەمانـی خزمایەتـی.

بەڕاسـتی بیـری بەتەنهـا ژیـان زۆر زیانـی بـە یەکپارچەیـی کۆمەڵگـە گەیانـدووە. ئـەو کەسـانەش کـە دوور لـە خێـزان و لـە تەنیاییـدا بـەدوای ئاسـوودەیدا وێڵـن دووچـاری چەندیـن گرفتـی دەروونـی بوونەتـەوە، ئەمـە هـەم کەسـەکە خـۆی و هـەم کۆمەڵگـەش ڕووبـەڕووی چەندیـن قەیـران و گرفـت دەکاتـەوە.

گەر لە هەر کۆمەڵگەیەکدا ڕێژەی ئەو خێزانانەی لەسەر بنەمای ڕەوشتبەرزی پێکهاتوون زیاد بکات، ئەوا کۆمەڵگەکەش پتەو و بەهێز دەبێت، بەڵام ئەگەر پەیوەندییە خێزانییەکان لاواز بن ئەوا دارمانی ئەو کۆمەڵگەیە گومانی تێدا نابێت. شایەنی باسە گەر ڕەوشت بەرزی نەمێنێت ئەوا خووە تێکدەرەکانی وەك؛ بەکارهێنانی ماددە هۆشبەرەکان و زینا و بەدڕەفتاری جێی دەگرنەوە، ئەمەش ئەو بەڵایەیە کە هەموو دونیای تۆقاندووە.

لەم سـەردەمەدا باشـتر لـەوە دەگەین کە بۆچـی پەروەردگار لە سـەرجەمی ئـەو پەیامانەیـدا کە بـۆ مرۆڤایەتـی ڕەوانەکـردوون هانی مرۆڤـەکان دەدات بۆ هاوسـەرگیری و، وەك (لانەیەکی پیرۆز) باسـی لێـوە دەکرێت.

زۆر دەوڵـەت لـە ئێسـتادا بـۆ ئاشـتی و ئارامیـی ناوخۆییـان هانـی هاوڵاتیانیـان دەدەن تـا هاوسـەرگیری بکـەن و، هاوکاریی ئەو کەسـانە دەکەن کـە بە نیـازن هاوسـەرگیری بکـەن، چونکە خێزان تـۆو و بناغـەی کۆمەڵگەیە و، بـە دارمانـی خێـزان کۆمەڵگـەش لەنـاو دەچێـت.

گرنگتریـن ڕێگـەش بـۆ بەرگریکردن لەم کارەسـاتە: پابەند بوونـە بە پەیامە خوداییەکانـەوە سـەبارەت بـە هاوسـەرگیری، چونکە ئـەم پەیامانـە گرنگی بە ئاسـوودەیی و داهاتووی تـاك و کۆمەڵ دەدەن.

لـە کۆتایـی ئـەم هەنـگاوەدا دەڵێـم: خراپتریـن خێزان هـەر لە بـێ خێزانی باشـترە و، پارێزەرێکـی بێوێنەی کۆمەڵگەشـە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"خۆشترین ڕۆژەکانی تەمەنم لەگەڵ هاوسەرەکەمدا بەڕێکرد، چونکە هەستم بە خۆشەویستی و نزیکییەکی ڕاستەقینە دەکرد. لە ژیانمدا هەموو شتێکم بەدەست هێنا، بەڵام نەمتوانی ببمە دایك، بەڕاستی دایکایەتی سامانێکی ناوازەیە لەم دونیایەدا".

سافییە ئایلا

"من خۆشبەختیم لە خێزاندا دۆزییەوە، چونکە هەم هاوسەرم و هەم دایك، مەگەر چ ناوبانگێك جێی ئەم خۆشبەختییە دەگرێتەوە؟".

ئایشێگوڵ ئاتیك

"ناوبانگ کامەرانی بۆ من دەستەبەر نەکرد، بەڵام کاتێك هاوسەرگیریم کرد و خانمەکەم ماڵێکی بۆ پێکهێنام، توانیم خۆشبەخت ببم".

موحتەرەم نوور

3

هەنگاوی سێیەم

سوودەکانی هاوسەرگیریی بۆ تاك و کۆمەڵ

جوانیی هەرماڵێك، هەماهەنگییە.
چێژی هەر ماڵێك، لە وابەستەییدایە.
خۆشیی هەر ماڵێك، خۆشەویستییە.
سامانی هەر ماڵێك، منداڵەکانە.
ئاسوودەیی هەر ماڵێك، ئەو دڵانەن کە ئاسوودەییان چنگ کەوتووە.

-هێنری تایلەر-

منداڵـی ناسـیاوێکمان بەهۆی ناسـاغیی گورچیلەکانییەوە لە نەخۆشـخانە خەوێندرابـوو، منیش چوومە سـەردانی.

دایـك و بـاوك و خوشـك و براکانـی و خزمانیـان بـە چـاوی بەزەیـی و پـڕ فرمێسـکەوە دەوریـان دابـوو، چونکـە منداڵەکـە گورچیلەکانـی بەتەواوی سسـت بووبـوون و، جگـە لـە چاندنـی گورچیلـە هیـچ چارەیەکـی دیکـەی لەپێـش نەبوو.

خێزان و خزمانی ئەم منداڵە دەوری پزیشکەکەیان گرتبوو و تکایان لێ دەکرد بۆ ئەوەی گورچیلەی پێ ببەخشن.. منیش کاتێك ئەم دیمەنە ناوازە و فیداکارانەیەم لە دوورەوە بینی، خۆم بۆ ڕانەگیرا و فرمێسك لە چاوانم هاتن و ئەوێم جێهێشت.

ئەی خودایە! تۆ چ سـۆز و خۆشەویستییەکی بێ وێنەت لەم(لانەی خێزان)ەدا خوڵقاندووە، کە تاکەکانی ئاوا لە پێناو یەکتریدا گیانی خۆشیان بە هیچ دەزانن!

جگە لەم لانەیە چ شتێکی دیکە دەیتوانی ئەم هەست و تێگەیشتنەمان لا گەڵاڵە بکات؟ بە کام پارە دەمانتوانی بیکڕین؟ بەڕاستی (خێزان) گەورەترین نیعمەتی خودایە کە بە مرۆڤەکانی بەخشییێت، ئەو کەسەشی لە جێیەکی دیکە بەدوای ئارامی و ئاسوودەیی فەراهەمبووی نێو خێزاندا دەگەڕێت تابڵێیت (سەرگەردان)ە.

بۆ تێگەیشتن لە سوودەکانی خێزان بۆ تاك و کۆمەڵیش، تەنها ئەوەندە بەسە کە لە منداڵەکانی خانەی بێ سەرپەرشتان و خانمانی خانەی پەنادان (شێڵتەر) وردبیتەوە.

خێزان، بە درێژایی مێژوو پەناگەیەکی دڵنیایی ئەندامانی کۆمەڵگە بووە و، لەلایەن هەموو ئەو ئایینانەوە کە مرۆڤ پێیان ئاشنا بووە و لەلایەن گشت بیرە فەلسەفییەکانیشەوە بە پیرۆز هەژمار کراوە، گرنگی و پیرۆزیشی لە دەستەبەرکردنی ڕێکوپێکی و ئاسوودەیی و بەردەوامی کۆمەڵگەوە سەرچاوەی گرتووە.

> **"گەنجێتیم بە پارە و ناوبانگ و کەشخەییەوە بەسەر برد، کەچی دڵخۆش نەبووم، بەڵام ئێستا دین و باوەڕم هەڵگرتووە و هەوڵ دەدەم ڕەزامەندیی خودا بەدەست بهێنم، بەڕاستی زۆر لە دوور بە دوای خۆشبەختیدا دەگەڕام، خۆشبەختی لێرە بوو من ونم کردبوو".**
>
> **جانان جەیلان**

خێزان، پایەی کۆمەڵگە و ژیانی کۆمەڵایەتییە، چونکە هەموو منداڵێك سەرەتا لە ناو خێزاندا فێری شێوازی دروستی بیرکرنەوە و هەڵسوکەوت دەبێت.

خێزان ئەو پێکهاتەیەیە کە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی هێندە بە جوانی تێدا بەرجەستە دەبێت، کە لە هیچ یەکەیەکی کۆمەڵایەتیی دیکەدا دەست ناکەوێت.

ژیان لە سایەی خێزاندا فشاری

سـەر تاکەکـەس و کۆمەڵگـەش کەمدەکاتـەوە و، سـۆز و میهرەبانـی زیـاد دەکات و، مرۆڤـەکان لەسـەر ئارامگرتـن ڕادەهێنێـت و، هەسـتی یارمەتیـدان و بەرپرسـیاریەتییان زۆرتـر دەکات.

بەگشـتی مرۆڤـەکان یاسـا بنچینەییـەکان و هەڵسـوکەوتە نموونەییـەکان و پـەروەردە سـەرەتاییەکان لـە خێزانەکەیانـەوە فێردەبـن و، بـە خۆشەویسـتی و ڕێـز ئاشـنا دەبـن و، لە هەمووشـی گرنگـتر ئەوەیـە لـە سـایەیدا بیروباوەڕیان پتەوتـر دەبێـت و، گەرموگوڕانەتـر ئەرکەکانـی بەندایەتییـان بەجـێ دەهێنـن، هەر خێزانیشـە مـرۆڤ لە هەڵەشـەیی و تاوانکاریـی دەپارێزێت، بـە واتایەکی دیکـە خێـزان میکانیزمـی کۆنترۆڵکردنـی مـرۆڤ و کۆمەڵگەیە.

خێـزان تـۆوی ژیـان و ڕەوشـت و کەسـایەتییە، تەنانـەت گۆشـەیەکە لـە گۆشـەکانی بەهەشـتی ئـەم دونیایـە.

دەکرێت سوودەکانی خێزان بۆ تاك و کۆمەڵگەش لەم خاڵانەدا کۆبکەینەوە:

١. بەهێزترین هێزێك کە مرۆڤ و کۆمەڵگە کۆنترۆڵ بکات، خێزانە.

٢. تاکەکان لە خێزاندا چاك دەبن و، لایەنە خراپەکانیان کەم دەکەنەوە و بە سیفەتە جوانەکان خۆیان دەڕازێننەوە.

٣. بیر و هەستی یارمەتیدان و خۆڕاگری لە (خێزان)دا پەرەدەسەنێت.

٤. هەستەکانی وەك خۆشەویستی و ڕێز و میهرەبانی کە ڕەگ و بناغەی کۆمەڵگەن لە خێزاندا چرۆ دەکەن.

٥. یەکـەم قوتابخانەیـەك کـە فێـری جیاکردنـەوەی حـەرام لە حـەڵاڵ و، چاك لە خراپمانـدا دەکات، خێزانـە.



«ژیانی هاوسەرداری واتە مەزنترن فێرگە، چونکە مرۆڤ تێیدا لە هەموو خراپەکانی دادەماڵرێت و، کۆتایی بە هەموو خووە زیانبەخشەکانی دەهێنرێت».

مەدام ڕۆڵاند

٦. بەردەوامیی ناو و ناوبانگ و وەچە و، هاریکاری دارایی لە ڕێی خێزانەوە دەستەبەر دەبێت.

٧. خێزان ژیانی تاکەکان دەخاتە سەر ڕەوڕەوەیەکی ڕێکوپێك و، بە کارەکانیانەوە پابەندیان دەکات، کە لەمەشەوە ژین و بیرێکی تەندروستیان بۆ دەسازێنێت.

٨. خێزان مەنزڵگەی چەشتنی چێژی لەبن نەهاتووی دایکایەتی و باوکایەتییە.

٩. ژینی نێو خێزان هەستی بەرپرسیارییەتیی مرۆڤ زیاد دەکات و، لێبوردەیی لە هزریدا دەچێنێت.

١٠. باشترین جێیەك کە مرۆڤ بە بەها ئایینییەکان بناسێنێت خێزانە، کەوابوو خێزان تەنها لانەیەك نییە بۆ حەوانەوە لەم دونیایەدا، بەڵکو لانەیەکە بۆ دوارۆژیش، کاتێك بەم تێگەیشتنەوە لە خێزان دەڕوانین تێدەگەین کە چەندە دامەزراوەیەکی پیرۆز و بەواتا و بەنرخە.

١١. خێزان ناوەندێکی چارەکاری دەروونە، بۆیە کێشە ڕۆحییەکانی تاك لە نێویدا زۆر کەم دەبێتەوە. دیاردەی دزێوی خۆکوشتن و خەمۆکی و نەخۆشییە دەروونییەکانی کەسانی خێزاندار بە بەراورد لەگەڵ کەسانی بێ هاوسەر و سەڵتدا زۆر کەمترە، چونکە هاوسەرگیری لەلایەکەوە پەیوەندیی کۆمەڵایەتی و بەرپرسیارییەتی بۆ مرۆڤ دەهێنێت و، لەلایەکی دیکەشەوە ڕێز و پارێزراوییەکی کۆمەڵایەتی بۆ دەستەبەر دەکات.

١٢. خێزان لانەیەکە کە خووە خراپەکان بۆ نزمترین ئاستی کەم دەکاتەوە، چونکە دەستبڵاویی لە پارە خەرجکردن و، قومار و، خوارنەوەی مەی و، کێشە دەروونییەکانی وەك هەستکردن بە پووچی و، بێ ئامانجی و، حەزی ئاژاوەنانەوە و، زوو هەڵچوون لە نێو کەسانی سەڵتدا زۆر زیاترە بە بەراورد لەگەڵ کەسانی خێزانداردا.

١٣. خێزان لە کاتی نەخۆشی و پیری و کێشە هاوشێوەکاندا باشترین چارە و پەناگەیە. دەبێت چ شتێك لە بەهاناوەچوونی ڕۆڵە و نەوەکان لە کاتی پێویستیدا دڵی مرۆڤ زیاتر خۆشحاڵ بکات!

"خۆشبەختی ئافرەت تەنها بە سەرکەوتوویی لە کارەکەیدا نییە، بەڵکو خۆشبەختییەتییەتی لە ماڵەکەیدا؛ چونکە هیچ خۆشبەختییەك بە ئاسوودەیی ماڵەوەی ناگات".

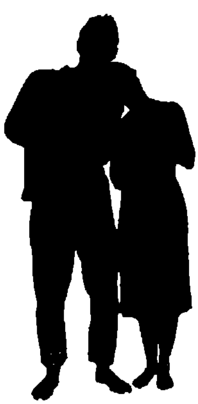
نیلوفەر

پزیشکێکی بەناوبانگ کە بەشێکی زۆری تەمەنی بە تەنهایی بەڕێ کردووە و، لە کۆتاییەکانی تەمەنیدا خێزانی پێکهێناوە، وتەیەکی زۆر سەرنجڕاکێشی هەیە کە دەڵێت:

"تەنیایی و سەڵتی و سەربەستیم بە ئارامی دەزانی، بەڵام لە ڕاستیدا تەنیایی گەورەترین سزابوو؛ چونکە هەرگیز هەستی خۆشەویستی و سۆز و میهرەبانی و بەزەییم لە سایەیدا نەچەشتووە، ڕۆژە جوانەکانی ژیانم بە یەك شێواز و بێ هیچ گۆڕانێك و ساردوسڕانە بەڕێکرد. بەڕاستی ژیان بە هاوبەشی و هاوخەمی و کۆبوونەوەوە ڕازاوە دەبێت، من هەرگیز ئەم ساتانە نەژیاوم.

بۆ ئەوەی تێبگەم کە باشترین باری زگوردێتی لە خراپترین باری خێزانداری خراپترە تەمەنێکم بەبادا دا و، دەرەنجامەکانی ئەم قەناعەتەشم زۆر بە سەختی بەسەردا شکایەوە".

جوانییەکانی هاوسەرداریمان تەنها لە سنووری (هاوسەرداری)دا دەست دەکەوێت، بە هیچ نرخێکیش لە دەرەوەی سنووری خێزان خۆشەویستی و ڕێزی نێو خێزانمان دەست ناکەوێت.



"هاوکاریکردن و بەهێزکردنی خێزانەکان، واتە ئاسوودەیی کۆمەڵگە و بەهێزیی وڵات".

سەرکردەیەك

بیر بکەنەوە...

ئـەو منداڵـەی لـە باوەشـێکی گـەرم و سـۆزداردا پـەروەردە دەبێـت، ئـەم خۆشەویـستییەی لـە چ شـوێنێکی دیکـە دەسـت دەکەوێـت؟ چ هێزێـك دەتوانێـت جێـی فیـداکاری ئـەو دایکـەی ژیانـی بـۆ مـاڵ و منداڵەکانـی تەرخانکردووە بگرێتەوە؟ بە چ سـەروەت و سـامانێك دەتوانرێت ڕەنجکێشان و ماندووبوونـی باوکێکی کۆڵنەدەری ڕەنجکێش بـۆ خزمەتکردنی خێزانەکەی بکرێدرێـت؟

لـە کام خواردنگـەی بەناوبانـگ دەتوانیـت تاموچێـژی ئەو سـفرە و خوانە بەدەسـت بهێنیـت کە هەمـوو ئەندامانـی خێزان دەوریـان داوە؟

خێـزان لانەیەکـی گەرموگـوڕی ڕەوێنـەوەی ئێـش و ئـازارە و، فێرگەیەکی مەزنـی وانـەی خۆشەویـستی و میهرەبانییـە، بـەڵام بـۆ ئـەوەی بـەم مەزنییـە بمێنێتـەوە پێویـستە ئەندامانی خێـزان بەتونـدی وابەسـتەی بیروباوەڕێك بن و ترسـی خـودا لـە دڵەکانیاندا چەسـپبێت.



4

هەنگاوی چوارەم

بنەماكانی هەڵبژاردنی هاوسەر

«پێویستە پاش لێكۆڵینەوەیەكی زۆر ورد بڕیار لەسەر هەڵبژاردنی هاوسەر بدرێت. بڕیارە خێراكان بۆ هاوسەرگیریی جیابوونەوەی خێراشیان لەدوایە».

یاوز بەهادر ئۆغڵو



قوتابییەكی زۆر خۆشەویستم پەیوەندیی پێوەكردم.

ئەم قوتابییەم ساڵی پار خوێندنی تەواوكرد بوو، تازە بووبووە مامۆستا. هەر ماوەیەكیش لەمەوبەر هاوسەرگیریی كرد، منیشیان بۆ ئاهەنگەكەیان بانگهێشت كردبوو، بەڵام هەر لە ئاهەنگەكەوە دیاربوو كە هەندێ شت بە هەڵە دەڕوات بەڕێوە.

كاتێك بە تەلەفۆن قسەی لەگەڵ كردم، بەتەواوی هەستم بە لەرزینی دەنگی كرد، كە وتی:

- مامۆستا.. ئێمە جیادەبینەوە.

منیش زۆر سەرم سوڕما، وتم:

- چۆن شتی وا دەبێت؟ ئێوە خۆ هێشتا ساڵێك بەسەر هاوسەرگیرییەکەتاندا تێپەڕ نەبووە!

- بەداخەوە بە هەڵە لە هاوسەرەکەم گەیشتبووم، ئێمە بە کەڵکی یەکدی نایەین.

منیش ویستم ئەوپەڕی هەوڵی خۆم بخەمەگەڕ بۆ ئاشتبوونەوەیان، بۆیە قسەم لەگەڵ هاوسەرەکەیدا کرد، بەڵام بەداخەوە تازە کارلەکارترازابوو کارێکم لەدەست نەهات، چونکە وەك پێویست یەکترییان نەناسیبوو و، بە پەلە هاوسەرگیرییان کردبوو، هەر بۆیە بەوپەڕی داخەوە بەزوویی کۆتاییان بە هاوسەرێتییەکەیان هێنا.

قوتابییەکی دیکەشم ڕووداوێکی هاوشێوەی بەسەردا هاتبوو، ڕۆژێك لە قوتابخانە هات بۆ لام و پێی وتم: «مامۆستا من دەمەوێت لەگەڵ فلانە کچەدا هاوسەرگیریی بکەم، ئێوە ڕاتان چۆنە؟»

منیش لێم پرسی: «ئاخۆ باش بیرت لێکردووەتەوە و، کچەکە بەباشی دەناسێت و کەسێتی و ڕەوشتیت هەڵسەنگاندووە یان نا..»

لە وەڵامدا وتی: «هەموو شتێکیم بەدڵە، بەژن و باڵا و گوفتار و ڕەفتاریشی زۆر باشە».



منیش یەکسەر وتم: «ئاخر تەنها ئەمانە بەس نین!»، بەڵام هەستم کرد لەسەر بڕیارەکەی زۆر سوورە و نیازی پاشگەزبوونەوەی نییە.

سەرئەنجام هاوسەرگیرییان کرد...

بەداخەوە هەر زوو هەواڵە ناخۆشەکەمان بیست و، ئەم هاوسەرگیرییەش تەمەنێکی کورتی هەبوو.

پاش ماوەیەك، کاتێك لەبارەی هۆکاری جیابوونەوەیەکەیان پرسیارم لێکرد، ئەو وەڵامەی کە دایمەوە کورتەیەك بوو لە هەموو ئەو خاڵانەی پەیوەندییان بە هەڵبژاردنی هاوسەرەوە هەیە، وتی:

«مامۆستا، بەڕاستی کاتێك بە گوێی ئێوەم نەکرد هەڵەیەکی گەورەم کرد، من وامدەزانی هاوسەرگیریی وەك خەیاڵێکی خۆش وایە، بۆیە کاتێ

هاوسـەرەکەمم هەڵبژارد تەنهـا لـە یـەك ڕووەوە لێـم ڕوانـی و، باڵابـەرزی و شۆخوشـەنگی ئـەوم پـێ بـەس بوو بـۆ هاوسـەرگیریی، بـەڵام خاڵـی زۆر لە جوانـی لەپێشـتر هـەن کە مـن نەمدەزانیـن و بەهەنـدم وەرنەگرتبـوون...

سـەرەتا کەسـێتیمان زۆر لەیـەك جیـاواز بـوو، ئـەو مـاڵ و ژینگەیـەش کە تێیـدا گـەورە بووبوویـن هیـچ نەدەگونجـا، هێنـدە تێڕوانینەکانمـان لـە یەکتر دووربـوو، کـە لەسـەر هیـچ ڕێـك نەدەکەوتین.

ئەوە خێزانەکانیشـمان زۆر لە یەك جیاواز بوون، من کەسـێکی وابەسـتەی دایـك و باوکم بووم، بـەڵام ئەو بەو شـێوەیە نەبوو.

بیروبۆچوونیشـمان لـە پـارە خەرجکـردن و پاشـەکەوت کردنـدا بەتەواوی لـە یـەك جیاوازبوو.

مـن دەمویسـت عیبـادەت و بەهـا ئاینییـەکان لـەماڵەکەمـدا بپارێزرێـت، بـەڵام ئـەو پێی وابـوو جارێ زووە و هێشـتا گەنجیـن و کە پیر بوویـن بیر لەم شـتانە ئەکەینەوە.

لـە هەمووشـی گرنگـتر، تەنانـەت پـاش هاوسەرگیریشـمان هـەر لەسـەر هاوڕێیەتـی کـوڕان بـەردەوام بوو، ئیدی منیش لـەوە زیاتر بەرگـەم نەگرت و، لـە کۆتاییـدا لە یـەك جیـا بووینەوە».

ئـەوەی ئـەم قوتابییـەم باسـیکرد زۆر گرنگ بـوو، چونکە نیشـانی دەدا کە هەڵبژاردنـی هاوسـەر سـەختترین و بەهادارتیـن کاری مرۆڤە لـەم ژیانەدا.

لە هەڵبژاردنی خێزاندا هەندێ خاڵ هەن کە فریودەرن.

کـوڕان و کچان سـەرەتای یەکترناسـین، کەموکوڕیی یەکـتر نابینن، بەڵکو بـەرەو جیهانـی خەیـاڵات دەفڕن و، بە هەمـوو توانای خۆیانـەوە هەوڵ دەدەن لەلایـان بەرامبەرەکانیانـەوە پەسـەندبن و، بـە لێهاتوویـی هەوڵی شـاردنەوەی کەموکوڕییەکانیـان دەدەن، جـا لەبەر ئـەوەی هەموو کاتیش پێکـەوە نین، ئەوا تەنهـا باشـی و جوانییەکانی یەکـتری دەبینن!

لـەم بـارەدا ئـەو دوو گەنجـەی بـە نیـازی هاوسـەرێتین بەتـەواوی بەپێـی هەسـتەکانیان دەجوڵێنـەوە و، لە جیهانی ڕۆمانسـییەتدا هەڵسـوکەوت دەکەن. ئیـدی بـەو پێیـەی کـە (خۆشەویسـتی چـاوی کوێـرە)، ئـەم دووانـە کاتـی بەیەکـەوە بوونیـان تەنهـا ڕووە جوانەکانـی خۆیـان نیشـان دەدەن و، هەمیشـە

تەقـەلای ئەوەیانـە کە سـەرنجڕاکێش بنوێنـن و، گرنگی زۆر بـە جلوبەرگیان دەدەن.

لەڕاستیدا بـەم هەڵسـوکەوتانەیان هەرگیـز کەسـایەتیی ڕاسـتەقینەیان پیشـانی بەرامبـەر نـادەن، بـەڵام بێگومان ئـەم تەمومـژە دوای هاوسـەرگیریی دەڕەوێتـەوە و، ڕووە ڕاسـتەقینەکان دەردەکـەون و، شـەپۆلی نەهامەتییـەکان زنجیـرە دەبەسـتن.

ئەمـەش لـە کاتێکـدا کـە هاوسـەرگیریی لـەو قۆناغـەدا زۆر پێویسـتی بـە لێکتێگەیشـتن و خۆشەویسـتی و پشـتیوانی یەکـدی هەیە، لەبـەر ئەمە دەبێت لایەنـی دەروونـی بـەر لـە لایەنـی جەسـتەیی لەبەرچـاو بگیرێـت، چونکـە گرنگتریـن ڕاگـری ژیانـی هاوسـەریی پێـش ڕووخسـار جوانییەکانـی ناخـە.

لەبـەر ئەمـە ئـەو ژن و مێردانـەی دەیانەوێـت لـە ژیانـی هاوسـەرداریدا بەختـەوەر بـن، پێویسـتە لەیەکـتری تێبگـەن و لـە هەمـوو کارێکی مـاددی و مەعنەویـدا هـاوکاری یەکـبن.

خـۆی لـە خۆیـدا ئامانـج لـە هاوسـەرگیریی بەیەکگەیشـتنی دوو کەسـی پێگەیشـتووە، تا ببنـە هاوەڵی یەکدی و، پێکەوە بـارە گرانەکانی ژیان هەڵبگرن و، لـە ئێش و ئازارەکانیانـدا لـە ناخـەوە هاوبەشـی یەکـدی بـن، چونکـە ئەو پەیوەندییـە ڕاسـتەقینەیەی کـە خۆشـبەختیی هاوسـەرگیریی زیـاد دەکات و هاوسـەرەکان بـە پتـەوی پێکـەوە دەبەسـتێتەوە هـەر ئەمەیـە، لەبەرئـەوەی مرۆڤ هەمیشـە پێویسـتی بە هاوەڵ و هاوبەشـی ژیان هەیە. هاوسـەرەکانیش دەتوانـن لـە پێویسـتییەکانی یەکـدی تێبگـەن و، هـاوکار و یاریـدەدەری یەکتر بـن. بـەو سـۆز و خۆشەویسـتییەی لـە نێوانیشـیاندا هەیـە هەمـوو بارگرانی و ناڕەحەتییەکانیـان لەسـەر سـووك دەبێت.

پێویستە کاتی هەڵبژاردنی هاوسەر چی لەبەرچاو بگرین؟

گەر لە کەسـە خێزاندارەکان بپرسـین ئاخـۆ کاتێ هاوسـەرەکانیان هەڵبژارد سـەرنجی چ شـتێکیان دا، زۆرینـەی وەڵامـەکان وەك ئەوەیە بڵێن: «سـەرنجی زۆر شـتمان نەدا»!

بەتایبەتـی لـەم سـاڵانەی دواییـدا بەڕوونـی هەسـتی پـێ دەکرێـت کـە ئـەو هۆشـیارییەی لـە هەڵبژاردنـی هاوسـەردا پێویسـتە هەبێـت لەدەسـتمان

داوە، چونکە زۆرینەی هاوسەرێتییەکانی ئەم سەردەمە زۆر نابات تارمایی جیابوونەوە دەوریان دەدات، بۆ پاساودانەوەی ئەمەش دەڵێن:



«ئەو کات بەتەواوی عەقڵم پێی نەدەشکا، بە وردی بیرم لە بابەتەکە نەکردبووەوە، گەر ئێستا بووایە بەوجۆرەم نەدەکرد و، بڕیارێکی هەڵەم نەدەدا.. دواتر زانیم چ هەڵەیەکم کردووە، چونکە هیچ لەیەك تێنەدەگەیشتین. بڵێم چی؟ فریوی ڕواڵەتیم خوارد، خەیاڵ دایگرتبووم، ئێستا دەزانم کە هاوسەرگیریی و خەیاڵاتیان نەوتووە، ئاخ! ئەگەر ئەو ڕۆژانەم بۆ دەگەڕانەوە، هەرگیز ئەو هەڵەیەم نەدەکرد».

ئیتر ئەو کەسە پاش شکستهێنانی یەکەم هاوسەرگیریی جارێکی تر هاوسەرگیریی دەکاتەوە یان نا ئەوەیان خوا دەیزانێت؛ بەڵام پێویستە کارێکی جددیی وەك هاوسەرگیریی، پاسا و قۆناغی زۆر جددیشی هەبێت.

دەمەوێت هەر لە بارەی هەڵبژاردنی هاوسەرەوە، ئەنجامی توێژینەوەیەك بۆ ئێوەی خوێنەر بخەمە ڕوو.

(١٠٠) خێزانمان دیتەوە کە زیاتر لە پانزە ساڵە هاوسەرگیرییان کردووە و، لە ژیانی هاوسەرداریاندا کەمترین گیروگرفتیان بۆ هاتووەتە پێش و، دەربارەی نهێنییەکانی ئەم ئاسودەییەیان پرسیارمان لێ کردن، لێرەشدا خاڵە هاوبەشەکانی وەڵامەکانیان بەمجۆرە دەخەینە ڕوو:

١- هێندە کاتمان بەخۆمان دا تا باش یەکتریمان ناسی:

ئەم بابەتە گرنگترین ڕەهەندی بەر لە هاوسەرگیریی پێکدەهێنێت.. چونکە لەم کارەدا ئاشقبوون لەگەڵ یەکەم دیداردا و، زوو بڕیاردان و هەڵەشەیی، زۆر کات بە ناخۆشی کۆتاییان پێ دێت.

پێویستە هاوسەرەکان لە ناسینی یەکتردا پەلە نەکەن، چونکە کات

دادوەرێکـی بێوێنەیـە، ئـەوەی ئەمـڕۆ شـاراوەیە، سـبەینێ بانگـەوازی بـۆ دەکرێـت، لەبـەر ئەمـە دەبێـت دڵنیـا ببنـەوە لـەوەی لـە هەمـوو ڕوویەکـەوە بەباشـی یەکـتر دەناسـن.

٢- ڕەزامەندیی خێزانەکانمان وەرگرت:

هەنـدێ لـە هاوسـەرەکان خۆیان لـە هەڵەیەکی گـەورەوە دەگلێنـن کاتێك دەڵێن:«مـادەم ئێمـە یەکترمـان بـە دڵـە، ئیـتر خێزانەکانمـان گرنـگ نیـن»، بـە دڵنیاییـەوە پێویسـتە سـەرەتا یەکتریتـان بـەدڵ بێـت و یەکدیتـان قبـووڵ بێـت، بـەڵام بەشـداربوونی خێزانەکانتـان لـە گرنگتریـن بڕیـاری ژیانتاندا و، هەبوونـی کۆمەکـی مـاددی و مەعنەوی لەلایـان ئەوانـەوە وا دەکات لە ژیانی هاوسـەرێتیتاندا ئاسـوودەتر بـن. ئەگەر بیـروڕای دایـك و باوکتـان لەبەرچاو نەگـرت، ئـەو کات نائارامیـی باڵ بەسـەر ناختاندا دەکێشـێت، جگـە لەوەش لـە کاتـی ناهەمـواری و تەنگانـەدا کـەس شـك نابـەن بێـت بـە هاناتەوە.

٣- پـتر لـە جوانییـە ڕواڵەتییـەکان، گرنگیـمان بـە جوانییەکانی نـاخ و خوو و کەسـایەتی یەکـتری دا:

یەکێـك لـە ڕێـگا ڕاسـتەکانی هەڵبژاردنـی هاوسـەر ئەمەیـە، چونکـە زۆر خێـزان کـە لەسـەر بنەمـای ڕووخسـار و ڕواڵـەت بنیاتـنراوە زۆر زوو هەڵوەشـاونەتەوە.

ئاسـوودەیی خێـزان بـە جوانیـی ڕووخسـار دەسـتەبەر نابێـت، بەڵکـو بـە خوو و ڕەوشـتی جوان و گفت شـیرینی و هەسـت بەرزی دەسـت دەخرێت، کەواتـە ئەمـە بنەمایەکـە کـە هەرگیز نابێـت فەرامـۆش بکرێت.

٤- گرنگییەکی تەواومان بە بیروڕا و تێڕوانینەکانی یەکتری دا:

گرنگـی ئـەم خاڵـەش لەبـەر چـاوە، چونکـە لـە خێزانێکـدا کـە بیروباوەڕ و تێڕوانینـی دوور لەیـەك هەبێـت، ئـەوا بەدەگمـەن دەگونجێـت کـە خاڵێکی هاوبـەش لـە نێـوان ئـەو دوو هاوسـەرەدا هەبێت، بەڵکـو هەموو شـتێك دوو ڕووی دەبێـت، لـە خێزانێکـی لـەم جۆرەشـدا خۆشەیسـتی و ڕێـز جێیـان نابێتەوە.

بـە پێچەوانەشـەوە، گـەر لـە خێزانێکـدا پێکەوەگونجـان و نزیکیـی لـە شـێوەی بەهـا ئایینـی و مەعنەوییەکانـدا هەبێـت، ئـەوا زۆر گیروگرفـت بـە

ئاسانی چارە دەکرێن، چونکە گەر ژن و مێرد پێکەوە هەست بکەن خوای گەورە بیسەر و بینایە بەسەریانەوە، ئەوا بە ئاسانی خۆیان بۆ کۆنترۆڵ دەکرێت.

٥- هەوڵمان دا لە تێڕوانینە سیاسی و ئابووریەکانماندا تارادەیەك کۆك بین:

هەروەك چۆن تێڕوانینی جیاواز لە بابەتە سیاسییەکاندا نائارامییەك لە خێزاندا دەسازێنێت و، بارگرژی لە نێوان هاوسەراندا دروست دەکات؛ سیاسەت لای هەندێ کەس بەر لە هەر شتێکە و، کەم تا زۆریش بەرەنگاریی هەر بیرێکی سیاسیی جیاواز لەخۆیان دەبنەوە، جا ئەگەر ئەم بەرەنگاربوونەوەیە لە خێزاندا ڕووبدات کەشێکی ناخۆشی لێ دەکەوێتەوە.

لە لایەکی دیکەوە ڕەزیلی یا دەستبڵاویش هۆکارێکی دیکەی دەمەقاڵەی نێوان ژن و مێردن، چونکە ڕەنگە گەر یەکێکیان پارەیەکی زۆر خەرج بکات ئەوی دیکەیان ڕۆحی بکەوێتە مستییەوە و، هەر هەوڵی ئەوەی بێت ڕێگریی لە -بە بڕوای خۆی- زیادەخەرجی و دەستبڵاویی بگرێت.

لەبەر ئەمە ساناترین ڕێگە بۆ دەربازبوون لەم گرفتانە ئەوەیە هەر لە سەرەتاوە هاوسەرێك هەڵبژێرن کە هاو بیروبۆچوونی سیاسی و ئابووریش بن لەگەڵیدا.

٦- وریای ئەوە بووین کە دابونەریت و کلتوورمان لەیەکەوە نزیك بێت، یاخود تەواوکەری یەکدی بێت.

لەو ژینگەیەی ئەندامانی خێزان تێیدا پەروەردە دەبن دابونەریت گرنگییەکی لەڕادەبەدەری هەیە.

بەڕاستی پێکەوەگونجانی دوو کەس لە کاتێکدا کە دابونەریتییان لە یەك جیاواز بێت زۆر کارێکی سەختە و، زاڵبوون بەسەر ئەم دژوارییەشدا هەوڵێکی زۆری پێویستە.

پێکەوەگونجانی دوو کەس کە هەریەکەیان بیروباوەڕێکی تایبەت و جیاواز لە بەرامبەرەکەی هەیە گرفتی زۆر بە دوای خۆیدا دەهێنێت.

پێویستە لە هاوسەرگیریدا هاوبیروڕایی و هاوکەلتووری پێوەرێکی هەڵبژاردن بن.. بەدڵنیاییەوە ئەمە واتای ئەوە نییە کە پێوەرەکانی دیکە بە

یەکجـاری پشـتگوێ بخەیـن.

٧- هەوڵـمان داوە نزیکیـی ئاسـتی زانسـتی و دونیادیدەییـمان لـە یەکـەوە لەبەرچـاو بگریـن.

ئەمـەش خاڵێکـی زۆر گرنگـە، چونکـە پێویسـتە هاوسـەرەکان لە ئاسـتی خوێنـدن و ڕۆشـنبیریی و تێڕوانینیانـدا بـۆ ژیـان خاڵـی هاوبەشـیان هەبێت.

هاوسەرگیریی لەگەڵ کەسێکدا کە ئاستی خوێندنی زۆر لاواز بێت و بیروڕایەکی تەواو جیاوازی هەبێت بێگومان دەردیسەری زۆر بەدوای خۆیدا دەهێنێت.

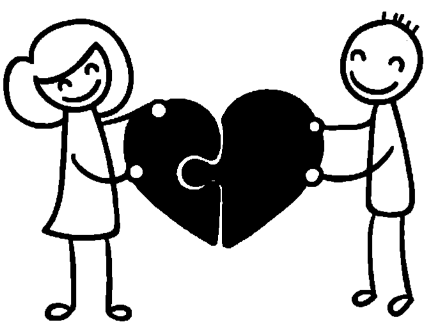
هەر لەم بارەیەوە هاوڕێیەکم هەردەم بە گاڵتەوە دەیوت:

«مـن دەرچـووی کۆلێـژم و خانمی ماڵـەوەش تەنها سـەرەتایی خوێندووە، بۆیـە کاتێـك بـە دیـار بەرنامەیەکی گفتوگـۆی ڕۆشـنبیرییەوە دادەنیشـم، خێرا دەڵێـت: (ئـەرێ چـی لـەم چەلەحانەیە حاڵـی دەبیـت!) و هەردەم حـەزی لە تەماشـای درامـا و فیلم و شـتی وایە».

کەواتە جیاوازیی ئاستەکان خۆشی و ئاسوودەیی خێزان لەناو دەبات.

٨- مەرج نییە لە ڕووی ماڵ و داراییەوە هاوشانی یەکبین.

مـاڵ و سـامان پێش هاوسـەرگیریی جاروبار دەبێتە جێی مشـتومڕ لەلایەن خانـم یاخـود ئاغـای دەوڵەمەند، بـۆ نموونە ژن یا مێرد بەسـەر ئـەوی دیکەدا بـە دەوڵەمەندیـی خۆیـەوە دەنازێـت و، فەقیـری داماویش وا هەسـت دەکات کڕدرابێت!



٩- دڵنیابوون لـەوەی هەردووکتان هـەم لـە ڕووی تەمەنـەوە هـەم لـەڕووی دەروونییشـەوە ئامـادەی هاوسـەرگیرین.

گـەر بێتو یەکێك لە هاوسـەرەکان تەمەنـی زۆر بچـووك بێـت و ئـەوی دیکەیـان گـەورە بێـت، یاخـود گـەر لـەڕووی دەروونییـەوە ئامـادەی هاوسـەرگیریی نەبێـت، ئـەوا لـە داهاتـوودا کێشـەی زۆریـان بـۆ دێتـە پێش.

هەر بۆیە پێویستە تەمەن و ئەزموونی ژیان و باری دەروونییش بەهەند وەربگیردرێت.

١٠- لە گونجاویی کەسایەتی یەکدیمان ڕوانی.

١١- وریای ئەوە بووین نەبا یەکێکمان ئالوودەی خوویەکی خراپی وەك جگەرەکێشان یاخود مەی خوادنەوە بووبێت.

١٢- ڕووی ڕاستەقینەی خۆمان لە یەکدی نەشاردوەتەوە و، لە ئاست بەرامبەرەکەماندا هەڵسوکەوتی سروشتی و ئاسایی خۆمان نواندووە.

١٣- بە ویستی خۆمان بڕیاری هاوسەرگیریمان داوە، نەك بە فرتوفێڵ و فشاری دەوروبەرمان.

١٤- بەر لە بڕیاری کۆتایی، لە پاش هەموو پرس و ڕایەك لە ناخی خۆمان پرسیوە: (ئاخۆ بەڕاستی ئارەزووی ئەم کارەمان هەیە یاخود نا؟)

بۆ دڵنیابوون لەوەی ئەو هاوسەرگیرییەی بەم هەنگاوانەدا تێپەڕبووبێت درێژخایەن و ئاسوودەکار دەبێت، پێویست بە لێکدانەوەی زۆر ناکات، هاوسەرەکان چەندێك زیاتر یەکدی بناسن لانەکەشیان هێندە سەلامەت و خۆڕاگر دەبێت.



ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

« نابێت خانمان خۆیان زۆر بە تێگەیشتوو بزانن، بەڵکو پێویستە گوێ بۆ بەرامبەر بگرن. پیاوانیش نابێت زۆر کەللەڕەق و پێداگر بن. خانمان تەنها بە ئارامگرتن لە خێزانەکانیاندا خۆشحاڵ دەبن، بە خۆشویستنی منداڵەکانیشیان ئاسوودەییان دەست دەکەوێت. ئایا هاوشێوەی ئاسوودەیی خێزان لە هیچ جێیەکی دیکە هەیە؟»

عادیلە نەشید

«گەر کوڕێك بەڕەوشت بێت ئەوا کەسێك بەڕەوشتە، بەڵام ئەگەر خانمێك بەڕەوشت بێت ئەوا خێزانێك بەڕەوشتە».

فانی هورسف

«هاوسەرگیریی لەگەڵ ئافرەتێکی باشدا وەك ئەوەیە لە کەشێکی گەردەلوولاویی ڕزگارت بووبێت و لە کەناراوێکی هێمن ئۆقرەت گرتبێت، بەڵام هاوسەرگیریی لەگەڵ ئافرەتێکی خراپدا وەك ئەوەیە لە کەشێکی ئارامەوە بکەویتە گێژاوێکەوە».

جۆن پێتیت جێنی

« ئافرەتیش وەك شنەبا و، تینی ڕەشەبا، وەك خودی خۆی قبووڵ بکەن».

ئەلفرێد دی موسی

«بەدوای نموونەییترین خوو و ڕەوشتدا مەگەڕێ لەو کەسەی دەتەوێت بیکەیتە هاوسەری ژیانت، بەڵکو وێڵی ئەو خوو و ڕەوشتانە بە کە لە تایبەتمەندییەکانی تۆوە نزیکترن، تۆ بۆخۆت باشترین نیت، بۆیە بۆ ئەوەی لە یەکتری تێبگەن کەسێك هەڵبژێرە کە تایبەتمەندییەکانی لە خۆتەوە نزیك بێت».

هولیا کۆچ یێغیت

هەنگاوی پێنجەم

لە هاوسەرگیرییدا فاکتەری تەمەن زۆر گرنگە

«لە هاوسەرگیریدا گەر کچەکە منداڵ بێت دەتوێتەوە و، گەر کوڕەکەش منداڵ بێت دەڕەنجێت».

محمود ئەڵلاوەردی

هەرچەنـدە تەمەنێـك بـۆ پێكهێنانـی ژیانی هاوسـەرگیریی دیـاری نەكراوە -گەرچـی بـە پێـی یاسـا دەبێـت لەسـەروو (١٨) سـاڵییەوە بێـت-، بـەڵام بـۆ لە ئەسـتۆگرتنی بەرپرسـیارێتییەكی وەك هاوسـەرداریی پێویسـتە كەسـەكان لە تەمەنێكـی پێگەیشـتوودا بن.



گـەر لـە دەورویەرمـان بڕوانیـن، چەندیـن خێـزان دەبینیـن كـە پیاوەكە لە تەمەنـی باوكی ژنەكەیدایـە، یاخود ژن و مێـرد هەردووكیـان گەلێـك منداڵـن.

لـەم بابەتـەدا بـا بەسـەرهاتێكتان بۆ بـاس بكەم:

ناسـیاوێكم پۆسـتەچییە. جارێـك پێویسـت بووبـوو نامەیـەك بگەیەنێتـە

دەست کەسێك، کاتێك لە دەرگای دابوو کچێکی گەنج دەرگای لێ کردبووەوە، ئەویش وایزانیبوو کە کچی کابرایە بۆیە پێی وتبوو کە کاری بە باوکییەتی، هەر لەو کاتەدا کابرا هاتبووە دەرەوە و وتبووی:» کوڕی خۆم! ئاگاداری گوفتارت بە، ئەوە کچم نییە، خێزانمە«، ئەمیش کە زانیبووی بە هەڵەدا چووە خەجاڵەت بووبوو و داوای لێبوردنی کردبوو.

بەگشتی ئەم جیاوازیی تەمەنە لە نێوان چەندین ژن و مێرددا بەدیدەکرێت.

ئەمە و ڕووداوگەلێکی هاوشێوەی ئەمە ئەوە ڕووندەکەنەوە کە پرۆسەیەکی یەکجار گرنگی وەك هاوسەرگیریی پێویستە لە دوای تەمەنێکی دیاریکراوەوە پێکبهێندرێت.

پێویستە تەمەنی گونجاو بۆ هاوسەگیریی چەند بێت؟

ئەستەمە بتوانین وەڵامێکی تەواوی ئەم پرسیارە بدەینەوە، چونکە پێگەیشتنی مرۆڤەکان لە ڕووی جەستەیی و دەروونیشەوە لە ناوچەیەکەوە بۆ ناوچەیەکی دیکە دەگۆڕێت.

تەمەنی گونجاو بۆ هاوسەرگیریی کەسێك کە لە وڵاتێکی گەرمدا دەژی جیاوازە لە کەسێکی دیکە کە لە وڵاتێکی سارددا دەژی. زانایانیش لەم بارەوە هەڵسەنگاندنی جیاوازیان کردووە.

لەم بارەیەوە دەتوانین بەمجۆرە هەڵسەنگاندن بۆ وڵاتانی خۆمان بکەین:

بە پێی لێکۆڵینەوەکان ئەو گەنجانەی لە خوار تەمەنی (١٩)ساڵییەوە هاوسەرگیریان کردووە لە ڕووی جنسییەوە کێشەیان نەبووە، بەڵام لە ڕووی دەروونی و ڕۆحییەوە پەیوەندیان لاواز بووە. زانایەك دەڵێت: «هاوسەرگیریی کوڕان لە تەمەنی (٢٥)ساڵی و کچانیش چەند ساڵێك منداڵتر سروشتییە».

کۆئەندامی زاوزێی نێرینە لە تەمەنی (٢٤-٢٥) ساڵیدا کامڵ دەبێت و توانای منداڵبوونی دەبێت (دیارە ئەمە بەپێی هۆکارە بۆماوەییەکان و جیاوازیی ناوچەکان و باری تەندروستی و ئاستی ڕۆشنبیریی و چەند هۆکارێکی دیکە دەگۆڕێت)، بەڵام کۆئەندامی زاوزێی ئافرەتان لە تەمەنی (١٧-٢١) ساڵیدا بە تەواوی کامڵ دەبێت.

جگـە لەمـەش پسـپۆڕانی بـواری منداڵبـوون ئامـاژە بـۆ ئـەوە دەكـەن گونجاوتریـن تەمەنـی ئافـرەت بۆ یەكـەم منداڵبوون (١٩) سـاڵییە، هـەر بۆیە باشـتر وایـە كچـان پێش تەمەنـی (١٨) سـاڵی شـوو نەكـەن، تەنانـەت گەر پێـش ئـەو تەمەنـە هاوسەرگیرییشـیان كرد، ئـەوا گـەر منداڵبوونیـان دوابخەن باشـتر دەبێـت بۆیان.

دەتوانین گیروگرفتەكانی هاوسەرگیریی لە تەمەنێكی كەمدا بەمجۆرە بخەینە ڕوو:

١- ئەوانەی لە تەمەنێكی كەمدا هاوسەرگیریی دەكەن، شارەزاییان لە ژیانی خێزانداریی نییە، هەر بۆیە هەم تووشی زەحمەتێكی زۆر دەبنەوە لە هەڵگرتنی ئەو بەرپرسیاریەتییە و، هەم چێژیش لە ژیانی هاوسەرداریيان نابینن.

٢- هـەر زوو گیروگرفتـەكان سـەرهەڵ دەدەن، ئەوانیـش خێـرا پەنـا دەبەنە بـەر دایـك و باوكیـان، كـە ئەمەش كێشـەكان ئاڵۆزتـر دەكات.

٣- هاوسـەرگیریی لـە تەمەنێكـی كەمـدا زۆرجـار كێشـەی دەروونیـی لێ دەكەوێتـەوە و، ئەوانەشـی توانـای هەڵگرتنـی ئەو بارەیـان نییە تەندروسـتییان بەرەو خراپبـوون دەڕوات.

٤- ناتوانـن منداڵەكانیـان بەوجۆرە پـەروەردە بكەن كە خۆیـان دەیانەوێت، ئیـدی منداڵەكانیشـیان لەبـەر كەمیـی بایەخپێـدان و چاودێریـی دایـك و باوكیانـەوە لـە ڕووی دەروونـی و جەستەییشـەوە وەك كەسـێكی ئاسـایی دەرناكـەون.

٥- لەبـەر كەمیی تەمەنیشـیان بۆخۆیان بڕیاری یەكلاكـەرەوە و تەواوەتییان بـۆ نادرێـت و، بە ئاسـانی لەلایـەن دەوروبەرەكەیانەوە ئاڕاسـتە دەكرێن، دیارە ئەمەش كێشـەی زۆری لە پشـتەوەیە.

هەرچەنـدە تەمـەن بـە یەكـەم خاڵـی سـەرەكی تەماشـا ناكرێـت، بـەڵام پێویسـتە لەیادمـان نەچێت كـە بۆ دروسـتبوونی لانەیەكی تەندروسـت چەندە پێویستە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«گەر ژن و مێرد لە هەموو ڕووەیەکەوە هاوسەنگ بن، ئەوکات هەردووکیان بە یەك زمان دەدوێن و، زۆر بەباشی لەیەکتری تێدەگەن. تەمەنی هاوسەرگیرییش یەکێکە لەو لایەنانەی بایەخی تایبەتیی هەیە».

ئەلفۆنس کار

«جیاوازیی تەمەن بەربەستی گەورە لەبەردەم هاوسەرەکاندا دروست دەکات، گەورەترین گرفتیش لە کاتی پیریدایە، چونکە کاتێك یەکێکان گەنج و ئەوی دیکەیان بەتەمەن دەبێت ناڕەحەتیی زۆر دێتە ڕێیان».

تۆماس فولەر

«خانمی هاوسەردار، خۆشەویستی مێردە گەنجەکەی و، هاوەڵی مێردە پێگەیشتووەکەی و، چاودێری مێردە نەخۆشە پیرەکەیەتی».

فرانسیس باکۆن

6

هەنگاوی شەشەم

پێویستە ساتەکانی دەستگیرانداریی چۆن بەسەرببردرێن؟

«دەستگیرانداریی پێگەیەکی پڕ بایەخی لە هاوسەرگیرییدا هەیە، چونکە لەم کاتەدا پێویستە هاوسەرەکان بەتەواوی یەکتری بناسن و کەموکوڕییەکانیان پڕبکەنەوە، بە واتایەکی دیکە دەستگیرانداریی وەك قوتابخانەیەکی سەرەتاییە بۆ هاوسەرگیریی».

دکتۆر و پرۆفیسۆر سامی شەنەر

دەستگیرانداریی هەلێکی زۆر گرنگە لەبەردەم هاوسەرەکاندا، دوایین دەرفەتێکە بۆ ئەو هاوسەرانەی کە تا ئەو ساتەوەختە یەکدییان بە باشی نەناسیوە، بە واتایەکی دیکە دەستگیرانداری بۆ ئەوەیە کوڕ و کچ تێبگەن لەبەردەم چ کارێکی گرنگدان.

هەرچەندە بەگشتی دەستگیرانداریی بە کاتێکی زۆر خۆش دادەنرێت و، دەستگیرانەکان مەراقیان دەبێتە بینینی یەکتری و، بە بیستنی دەنگی یەکتر جۆش و خرۆش دایان دەگرێت، بریسکەی خۆشەویستی لە چاوانیاندا بەدی دەکرێت و، بە ڕوویەکی گەش و لێو بە خەندە و هەست ناسکییەکەوە مامەڵە لەگەڵ یەکدیدا دەکەن و، کاتێکیش بە یەك دەگەن هەست بە خۆشییەکی کەم وێنە دەکەن. هەر هاوسەرێك بە جۆش و خرۆشەوە باس لە سەردەمی دەستگیرانداریی دەکات و، چێژ لە باسکردنی دەبینێت.

بەڵام دەستگیرانداریی، تەنها بۆ ئەوە نییە کە دوو دڵ مەستی خۆشییەکانی دونیا ببن و، خەیاڵات دایانبگرێت و، کاتەکانیان بە یەکتربینین و قسەی خۆشەوە بەسەربەرن، بەڵکو بەتەواوی بەپێچەوانەوەیە و، پێویستە لەم ماوەیەدا چاوێك بەسەر ئەو لایەنانەدا بخشێننەوە کە فەرامۆشکراون، تا بێ کەموکوڕی خۆیان بۆ ژیانی هاوسەرداریيان ئامادە بکەن.

ئەوانەی دەستگیرانداریی بە دەرفەتێك دەزانن بۆ تەواو خۆئامادەکردن، ئەوا بە ئاسوودەییەکی زیاترەوە دەچنە باوەشی هێلانەی خێزانە ساواکەیانەوە، بەڵام ئەوانەی کاتەکانیان بە شتی لاوەکییەوە دەبەنەسەر خۆیان بە بەربەستێکی گەورەی هاوسەرگیریدا دەدەن.

لەبەر ئەمە، لە دەستگیرانداریيدا تەنها پێویستت بە هەست و نەست نییە، بەڵکو دەبێت بە وردی لە بارودۆخەکان بڕوانیت، چونکە پێویستە لەم ماوەیەدا ئەو خاڵانەی پێویست بە لەبەرچاوگرتن دەکەن زۆر بە باشی ڕوون ببنەوە و هەڵبسەنگێندرێن. لەم کاتانەدا دەرفەتێکی فراوان لەبەردەست هاوسەرەکاندایە تا بە خوو و ڕەوشت و کەسایەتیی یەکتری ئاشنا ببن.

ئەو شتانەی گونجاو نایەنە پێش چاو پێویستە لە کاتی دەستگیرانداريدا بیر لە چۆنیەتی چارەسەرکردنیان بکرێتەوە، چونکە لەم ماوەیەدا هاوسەرەکان دەتوانن زیاتر لە نزیکەوە یەکتری بناسن و ڕووە نەزانراوەکانیان بناسن، بەو پێیەی ڕەنگە ئەستەم بێت هەلێکی وا لە دوای هاوسەرگیریی هەڵبکەوێتەوە.

پێویستە لە کاتی دەستگیرانداریدا چ شت گەلێك بکرێن؟

دەستگیرانداریی دەرفەتێکە بۆ لەیەك کۆڵینەوە و یەکترناسین، ئەمەش باشترین ڕێوشوێنی خۆئامادەکردنە بۆ هاوسەرداریی.

دەتوانین پێشنیار بکەین کە ئەم کاتانەتان بەمجۆرە بەسەر بەرن:

١- پێویستە دەستگیرانەکان بزانن تا چەندێك یەکتریان ناسیوە و، بوێرییان هەبێت تیشك بخەنە سەر ئەو لایەنانەی باش لەیەکتری نەگەیشتوون تێیاندا، چونکە چەند خاڵی ناڕوون کەم ببێتەوە ژیانی هاوسەرداریشیان ئەوەندە ڕووناکتر دەبێت.

٢- پێویستە لەم کاتەدا خزمەکانی یەکتر بناسن و، دڵیان بۆ لای خۆتان ڕابکێشن و ببنە دۆستی یەکتر، بەتایبەتی دڵی باپیرە و داپیرەی یەکتر بەدەستبهێنن تا لە نزاکانیان بێبەش نەبن.

٣- لەم ساتانەدا پێویستە بەرنامەکانی ژیانی هاوبەشتان دابڕێژن، بەتایبەت دەبێت بزانن تا چەندێك ئامادەییتان تێدایە بۆ بوون بە دایك و باوك.

٤- دەبێت چاوێك بە توانای منداڵ پەروەردەکردنتاندا بخشێنن و، بە زووترین کات بە کەموکوڕییەکانتان ڕا بگەن.

٥- پێویستە سەربەخۆیی ئابووریی خێزانە نوێیەکەتان فەراهەم بهێنن، دواتر هاوسەرگیریی بکەن.

٦- پێویستە کتێب خوێندنەوە و، زیادکردنی ئاستی ڕۆشنبیریی گشتی و، کەموکووڕییەکانتان لە ڕووی مەعنەویشەوە فەرامۆش نەکەن.

٧- دەبێت باس لەوە بکرێت کە دۆستایەتی لەگەڵ کێدا بکەن و، لە کێش دوورەپەرێز بن و، ئەمەش بکەنە بەرنامەیەك بۆ ڕۆژانی داهاتووی ژیانتان.

٨- پێویستە چاو بە چەند سەرچاوەیەکی زانستی و ئاینیدا بخشێنن سەبارەت بە هاوسەرگیریی و، چەند یاسایەك بۆ بەرپرسیارێتییە گرنگەکان دابڕێژن.

٩- پێویستە بایەخێکی تەواو بەوە بدەن کە دەستگیرانداریتان بە شێوەیەکی یاسایی و ڕێگەپێدراو (مشروع) بەڕێوەبچێت.

هەندێك کەس لەگەڵ ئەوەدان کە هاوسەرەکان لە دوای مارەبڕینیان یەکتری ببینن، هۆکارەکانی لایەنگرانی ئەم بیرۆکەیە ڕوونە، بەڵام هۆکارەکانی ئەوانەی دژی ئەمەن ئەوەیە:

هەڵەیەکی ئاشکرایە گەر بێتو دەستگیرانەکان بە ڕادەی هاوسەرداریی ڕێگە بە خۆیان بدەن لە یەکتر نزیك ببنەوە، چونکە هەندێك گەنج هەر کە خۆیان بە حەڵاڵی یەکتر دیتەوە، ئیتر ڕەنگە لەبەرامبەر نەفسیاندا چۆك دابدەن و، زیاد لە پێویست لەیەك نزیك ببنەوە، ئەمە سەرەڕای ئەوەی لە ڕووی ئەخلاقی و مەعنەویشەوە هەڵەیە؛ چەندین گیروگرفتی دیکەی بەدواوەیە.



گـەر لـە دەسـتگیرانداریدا پەنا بۆ تێرکردنـی ئـارەزووە جنسـییەکان ببرێـت و وەك شـتێکی سـادە و سـاکار و ئاسـایی تەماشـا بکرێت، ئـەوا زۆر لایەنـی ئـەم هەڵەیـە فەرامـۆش دەکرێـت، چونکە دوای مارەبڕینیان دەشـێت بـە نەوینەوە بۆ ئارەزووەکانی نەفس و جەسـتە دوو کەسـەکە بـە ئاسـانی پێیان هەڵبخلیسـکێت بـۆ کارێکی نەشـیاو و نەخوازراو، ئەمـەش لە داهاتوودا بەربەسـتێکی ڕۆحـی و جەسـتەیی دێنێتـە کایـەوە.

زۆر کەسـم دیـوە سـەرەڕای ئـەوەی زانیویشـیانە لەگـەڵ یەکـتری ناگونجێـن، بـەڵام لەبـەر زیادەڕەوییـان لـە کاتـی دەسـتگیرانداریدا ناچاربـوون بـۆ پەردەپۆشـکردنی هەڵەیەکیـان هاوسـەرگیریی بکـەن.

هەنـدێ جـار گەنجـان دەبینـم بـە ڕێگـەی ئایینـی -واتـە لـە ماڵـەوە و بـە ئامادەبوونـی مامۆسـتایەکی ئایینـی- خێزانەکانیان مارەدەکەن، ئـەم پەیوەندییە کـە تەواوکـەری مارەبڕینی یاسـایی -واتە لـە دادگای- ئەمڕۆمانـە بەتەنها بەس نییـە، کەچـی ڕەنگـە دوو کەسـەکە زۆر لەیەکـتری نزیك بکاتـەوە، کە ئەمەش کێشـەی خـۆی هەیە.

پێویسـتە بـە ئەنـدازەی وریـا بـوون لە کێشـەکانی بەر لـە مارەبڕیـن وریای کێشـەکانی دوای مارەبڕینیـش بیـن و، بـەو پێیە مامەڵـە بکەین.

کەواتە زۆر گرنگە لە ماوەی دەستگیرانداریدا سنوورەکان نەبەزێندرێن و، دوو کەسەکە گرفتاری حەرام نەبن.

ئامانـج لـە دەسـتگیرانداریی خۆئامادەکردنـە بـۆ ئـەو بەرپرسـیارێتییانەی شانبەشـانی هاوسـەرداریی ڕووبـەڕووی ژن و مێـرد دەبنـەوە و، پێڕاگەیشـتنە بـە هەڵـەکان. خـۆ ئەگـەر بـە پێچەوانـەی ئەمـەوە بـوو ئـەوا هیچ واتایـەك بۆ دەسـتگیرانداریی نامێنێـت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«دەستگیرانداریی لە ئیسلامدا سوودی زۆر زۆرە، یەکێك لەو سوودانە ئەوەیە کە: هەلێکە و دراوەتە هاوسەرەکان، ئەوانەشی ئەم هەلە باش دەقۆزنەوە، خۆشبەخت دەبن».

پرۆفیسۆر دکتۆر موسا تاشدێلەن

«گەر ماوەی دەستگیرانداریی بە خۆشی و ڕابواردن بەسەر بەرن، ئەوا بە خۆڕایی لەدەستچووە، چونکە لە هاوسەرداریدا هەستەکان بێدەنگ دەبن و عەقڵ قسە دەکات».

جۆن دۆن

«گەر دەتەوێت بزانیت لە دوای هاوسەرگیریی ژنەکەت چۆن لەگەڵت دەدوێت، ئەوا تەماشای بکە بزانە چۆن لەگەڵ هاوەڵە کوڕەکانیدا دەدوێت».

ناتاو

«خۆشبەختترین خێزان کە دەتوانم بیهێنمە پێش چاوم، هاوسەرگیریی نێوان کوڕێکی نابیست و، کچێکی نابینایە، چونکە لە ژیانی هاوسەرداریدا هەندێك شت هەن کە نابێت ببیسترێن و، هەندێك شتیش هەن کە نابێت ببیندرێن».

کالڤین کۆلیریج

7

هەنگاوی حەوتەم

شێواز و تەکنیکی یەکترناسینی هاوسەرەکان

«پێویستە هاوسەرەکان بەر لە هاوسەرگیرییان بە شێوازێکی ڕێگەپێدراو لە یەکتری بکۆڵنەوە و یەکتری بناسن، ئەمە بۆ هاوسەرداریيەکی درێژخایەن مەرجە».

پرۆفیسۆر دکتۆر ئادەمر تاتلی

یەکێـك لـە هاوەڵـە خۆشەویسـتەکانم ژنی بـۆ کوڕەکـەی هێنابـوو، دوای ماوەیەکـی کـورت هەواڵـی کوڕەکەیـم پرسـی، ئەویـش وتی:

- مامۆستا، مەپرسە!

- بۆچی؟ خێرە؟

- ئەم دووانە لەگەڵ یەك ناگونجێن.

- بۆچی؟

- ڕاسـتییەکەی بـەر لـە هاوسـەرگیرییان هیـچ یەکتریـان نەناسـیوە، یەکیان ئەڵێـت ماسـت ڕەشـە، ئەویکەیـان ئەڵێـت سـپییە، خـوو و ڕەوشـت و ئارەزووەکانیـان زۆر جیـاوازە، لـە هەمووشـی گرنگتر بیروفیکریـان جیاوازە و هەریەکەیـان لـە جیهانێکـدا ئـەژی.

بەداخــەوە هەمــوو ئــەم جیاوازییانەیــان لــە یەکــەم یەکتربینینیانــدا نەبینیوە،

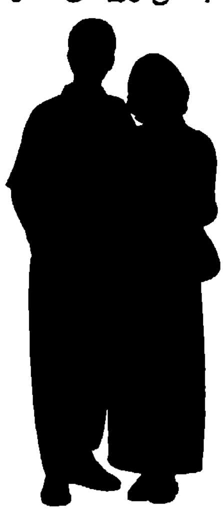
کاتێکیش خەیاڵەکانیان بە بنبەست گەیشتن و ڕووبەڕووی واقیع بوونەوە هەروەك ئەوەی لە خەوێك ڕابن وابوو، ئەوەتا هێشتا دوو مانگ تێپەڕ نەبووەماڵیان ئەڵێی بەرەی شەڕە!

ئەگەر تەنها دوای دوو مانگ نێوانی هاوسەرەکان بەمجۆرە بشێوێت ئەوا زۆر ڕوونە کە ئەم دووانە بەباشی یەکتریان نەناسیوە، جا ئەگەر بێتو لە باگراوند و ژینگە و دونیایەکی جیاوازەوە بەیەك گەیشتبن، ئەوا کێشەکان بە جارێك زۆر دەبن.

بۆ پێشگرتن لەم کێشە و دەردیسەرییانە، پێویستە هاوسەرەکان لە یەکەم یەکتربینینیانەوە پرس و جۆی یەکتری بکەن و لەیەکتری بکۆڵنەوە. واتە دەبێت بە دوای ئەو ڕاستەقینەیەدا بگەڕێن کە لە پشت ڕووپۆشە سەرنجڕاکێشەکانەوە حەشاردراون، بۆ گەیشتن بە ئەنجامێکی دروستیش پێویستە ژیرانە لە بابەتەکان بڕوانن، نەك بە چاوی هەستەکان، چونکە لەم بابەتەدا چاوی ژیریی گەلێك لە چاوی هەست تیژتر و دووربینترە.

بۆ ئەوەی هاوسەرەکان یەکدی باش بناسن پێویستە هاوشێوەی ئەم هەنگاوانە بگرنە بەر:

١- بە لەبەرچاوگرتنی ئەوەی کە خێزانداریی یەك ڕۆژ و دوو ڕۆژ نییە و، ژینێکی چەندین ساڵە و درێژخایەنە، پێویستە باش وریای ئەوە بیت لەگەڵ کێدا دەیبەیتە سەر.



لە کەسێکی ئەمانەت پارێز و خاوەن بەڵێن و نهێنی پارێزەوە، هاوەڵ و دۆستێکی ڕاستەقینە پەیدا دەبێت.

ڕێنان

٢- پێویستە ئەو کەسەی ژیانی هاوبەشی لەگەڵدا پێك دەهێنیت لانی کەم لە چەند ڕوویەکەوە لە تۆ باشتر بێت و، توانا و لێهاتوویی ئەوەی هەبێت لە کاتی پێویستدا پاڵپشت و داڵدەدەرت بێت.

٣- بیر لە هاوسەرگیری لەگەڵ کەسانی بێباك و بێهەست و بێسەرەوبەرەدا مەکەوە، چونکە دواتر ناچار دەبیت هەموو بەرپرسیارێتییە قورسەکانی خێزان بە تەنیا لە کۆڵ بنێیت.

٤- ئاستی میهرەبانی و سۆزی ئەو کەسە تاقی بکەنەوە کە دەستنیشانتان کردووە تا ببێتە هاوسەرتان، چونکە ئەگەر کەسێك بێبەش بێت لەم هەستانە، ئەوا ناتوانێت ببێتە سەرچاوەی خۆشبەختی بۆ خێزانە نوێکەی.

٥- هەستی بەرپرسیارییەتی لەو کەسەدا هەڵبسەنگێنن کە هەڵتانبژاردووە، چونکە گەر کەسێك گرنگیی بەم هەستە نەدات، ئەوا نەك خێزانێك بەڵکو تەنانەت خۆشی پێ بەڕێوە نابرێت.

٦- سەرنجی بەها مەعنەوی و تێڕوانینە ئەخلاقی و ڕەهەندە ئایینیەکانی بەرامبەرەکەتان بدەن، چونکە کەسێکی مەعنەویات نزم و دوور لە بەها ئایینیەکان هەرگیز ناتوانێت چرای ئەم بەهایانە بێت لە خێزاندا.



٧- بە شێوەیەکی زۆر ورد و ژیرانە ئاستی گونجانی کلتوورو دابونەریتتان لەگەڵ یەکتری و، نزیکی بیروبۆچوونەکانتان و، ڕێژەی هاوتەریبیی تێڕوانینەکانتان بۆ ژیان هەڵبسەنگێنن، چونکە بوونی جیاوازی لەم بابەتانەدا هەر زوو سەری ئاسوودەیی خێزان دەخوات.

٨- بزانن تا چەندێك دەتوانن لەگەڵ دایك و باوك و خزمەکانی یەکدا

لەیەکتری تێبگەن، مەڵێن من چیم داوە لە خزمەکانی، من تەنها خۆییم دەوێت، ڕاستە تۆ هاوسەرگیری لەگەڵ کەسێك دەکەیت، بەڵام بەو هاوسەرگیرییەت ڕاستەوخۆ بە خێزان و بنەماڵە و خزم و کەسی هاوسەرەکەتەوە گرێ دەدرێیت.

٩- لە کەسایەتی و سەنگینی و پابەندێتیی وردبنەوە، چونکە ئێوەش وەك هەمووان ڕەنگە بە ڕووخسار فریو بخۆن و، کاتێك بەمە بزانن کارلەکارترازابێت.

١٠- سەرنجی ئەو هاوڕێ و هاوەڵانەی بدەن کە زۆرترین کاتیان لەگەڵ بەسەر دەبات، چونکە مرۆڤ دەتوانێت کەسایەتی خۆی بشارێتەوە و ڕووە ڕاستەقینەکەیت پیشان نەدات، بەڵام خۆ ناتوانێت هاوەڵەکانی بشارێتەوە.

١١- هەرگیز کەسێکی ئالوودەی مادده هۆشبەر یا زیانبەخشەکان هەڵمەبژێرن، چونکە ئەم خووەی هەم لەڕووی تەندروستی و ئابوورییەوە زیانتان پێدەگەیەنێت هەم کاریگەریی خراپیشی لەسەر پەروەردەی منداڵەکانتان دەبێت.

١٢- سەرنج بدەن ئاخۆ پلان و بیر و خەیاڵەکانی بۆ داهاتوو ئەرێنین یاخود نا، چونکە خەیاڵ و خولیا و هیواکانی مرۆڤ باشترین پێناسەی کەسایەتین بۆی.

> **بە وتە و چاوانی مرۆڤ فریو مەخۆن، ئاخ و خوو و ڕەوشتی گرنگن.**
>
> غاندی

١٣- لە بەکارهێنانی پارە و ساماندا زۆر وریای بن، بزانن پارە بۆ سوودی خۆی بەکاردەهێنێت یاخود بووەتە دیلی، بە واتایەکی دیکە ئاخۆ پارەکەی کردووەتە هۆکارێك بۆ ئاسانکردنی ژیانی، یان خۆی بووەتە ئەسیری پارەکەی، چونکە ئەوەی دەزانێت پارە لە شوێنی خۆیدا بەکاربهێنێت، ئەوا ژیانێکی سەربەرزانە دەباتە سەر.

١٤- بزانە: چەندێك لە خودا دەترسێت؟ چۆن و بە چ شێوەیەك ئەرکی بەندایەتیی بەجێدەگەیەنێت؟ چونکە کەسێك لەخواترس بێت، هەرگیز خراپە دەرهەق بە خێزانەکەی ناکات و خۆی دەکاتە قوربانی

بـۆ ئاسـوودەیی ئـەوان، بـەڵام گـەر کەسـێك لـە خواتـرس نەبێـت ئـەوا خۆشـبەختیی مـاڵ و منداڵـی زۆر بـە سـانایی پشـتگوێ دەخـات.

١٥- چ شـتگەلێکی دەوێـت لـە لانـە نوێیەکەیـدا هەبـن؟ ئایا ئەو شـتانەی دەیـەوێن شـتی بنەڕەتین، یاخـود تەنها شـتی کاتین و بۆ خۆشـییەکی ڕۆتینین؟

١٦- ئـاگاداری گفتوگـۆ و هەڵسـوکەوتەکانی بە، بزانە ئایا ئـەوەی دەیڵێت دەیکات؟ ئایا قسـە و کـردەوەی یەکن؟

١٧- بە سـەرنجەوە گوێ بۆ قسـەکانی شـل بکە، چونکە تێڕوانین و ئاستی ڕوشـنبیری و بـاوەڕ و جیهانـی مرۆڤـەکان لـەو وشـانەدا خۆیان حەشـارداوە کـە لـە زاری دەردەچـن، کەواتـە دەتوانیـت لـە نێـو وشـەکانیدا هەم ڕاسـت و دروسـتی و، هـەم بـێ توانایيشـی -ئەگەر هەیبێت- هەسـت پـێ بکەیت.

١٨- ڕێـژەی سـەبر و ئارامگریـی بپێون و بزانن: زوو تـوورە دەبێت یان نا؟ زوو زویـر دەبێـت یان نا؟ شـان دانە بەر ژیان لەگەڵ کەسـێکی ناهاوسـەنگدا کارێکی دژوارە.

١٩- دڵنیـا بـن جوانـی و کەشـخەیی و شـۆخ و شـەنگی بـۆ ژیانـی خێزانـداری بـەس نیـن، بەڵکو دەوڵەمەندیـی دڵ و جوانیی ڕەوشـت بنچینەی خێـزان پێکدەهێنـن.

٢٠- لـە ئاسـتی هاوکاریکـردن و مامەڵەی لـە پەیوەندیەکانیـدا بکۆڵنەوە، چونکـە ژیانـی هاوسـەرێتی لـە بنەڕەتـدا بـە دوو هاوسـەر پێکدێـت، بـەڵام دەبێـت دایـك لەهەمـوو سـاتێکدا ئامـادەی ئـەوە بێـت ببێتـە باوکیـش بـۆ

ئارامگرتن، گرنگترین خەسڵەتی مرۆڤە، گەر
لەگەڵ کەسێکی هەڵەشەدا ملی ڕێ بگریتە بەر،
ئەوا بێگومان لە ناڕەحەتی بەدوور نابیت.

ئیمامی عەلی (ڕەزای خوای لێبێت)

منداڵەکانی و، بەپێچەوانەوەشەوە پێویستە هەردەم باوك ئامادەبێت ببێتە دایك بۆ منداڵەکانی.

لەهەمان کاتدا، دابەشکردنی ئەرکەکان و هاوکاریکردنی یەکدیش لەسەر ئەرکەکان لە خێزاندا بنچینەیەکی گرنگە.

٢١- سەرنج بدەن ئاخۆ لەسەر بڕیارەکانی ئارام دەگرێت و ئیرادەی بەکردارکردنیانی هەیە یاخود نا، چونکە ناتوانرێت لەگەڵ کەسێك کە خاوەن بڕیاری خۆی نەبێت هاوبەشی ژیان بیت.

٢٢- ئایا دەزانێت کە نازانێت؟ یاخود وا هەست دەکات هەموو شتێك دەزانێت؟ قسەکردن لەگەڵ کەسێکدا کە گومانی وا بێت هەموو شتێك دەزانێت هیچ بەرهەم و ئاکامێکی نابێت.

بەکورتی، پێویستە ئەو کەسانەی خۆیان بۆ هاوسەرگیری ئامادە دەکەن، وەك لێکۆڵەرەوەیەك زۆر بە وردی یەکتری بخوێننەوە و ئاشنای سروشت و کەسێتیی یەکتر بن، دەبێت لەم لێکۆڵینەوەشیاندا ژیریان بکەنە بڕیاردەر، خۆ ئەگەر بە هەستەکانیان بڕیار بدەن ئەوا زوو ئەسرینەکانیان تەمومژی خەیاڵاتیان دەشواتەوە و واقیع بە زەقی دەبینن، بەڵام بڕیاردانی ژیرانە واتە بینینی ڕاستییەکانە بەر لەوەی کار لە کار ترازا بێت.

8

هەنگاوی هەشتەم

بەهەرجۆرێك بێت «پەیماننامەی بەوەفاوە هاوسەرگیریی» ببەستن

«ئەوانەی بە خەیاڵپڵاوییەوە لە ژیانی هاوسەرێتی دەڕوانن، لە سەرەتای ژیانی هاوسەرییاندا کاتێك لەناکاو ڕووبەڕووی چەند ڕاستییەك دەبنەوە، هەر زوو دووچاری بێهیوابیەکی وا دەبنەوە، کە ئەگەر زوو چارە نەکرێت ڕەنگە خۆشبەختیی خێزان بشێوێنێت».

ئیسماعیل حەکیم ئۆغلو

ڕۆژەکانی سەرەتای هاوسەرگیریی دەستپێکی زۆرێك لە دڵخۆشی و دڵتەنگین. ئەو تازە ژن و مێردەی کە تا ئەو کاتە لە جیهانی خەیاڵدا لەیەکتریان ڕوانیوە، ئیتر ڕووبەڕووی ڕاستییەکان دەبنەوە و، ڕۆژ بە ڕۆژ هەموو ئەو لایەنانەیان ڕوون دەبنەوە کە پێش هاوسەرێتییان لای یەکتر نەیانخستبووە ڕوو.

بەگشتی مرۆڤەکان هەر لە منداڵییانەوە وادەزانن هاوسەرگیریی وەك ژیانی شازادەکانە، بەڵام زۆر زۆرن ئەوانەی ژیانیان ڕێڕەوێکی جیاواز لە خەیاڵەکانیانی گرتووەتە بەر.

دەگونجێت ئەم ڕووبەڕووبوونەوە لەناکاوەی هاوسەران لەگەڵ ڕاستییەکاندا ئاسوودەیی خێزان بەر لە دەستپێك کۆتایی پێ بهێنێت، بۆیە بۆ ڕێگرتن لەمە چەند ئەرکێك دەکەوێتە سەر شانی هاوسەرەکان.

بۆئەوەی هاوسەرەکان هەر لە سەرەتای ژیانیانەوە دەستپێکێکی باشیان هەبێت پێویستە لە سەرەتای ژیانی هاوبەشیاندا پەیماننامەیەکی هاوسەرگیری ببەستن، واتە ئەرکی هەر یەکەیان دیاری بکەن، با ئیتر هاوسەرگیریشیان کردبێت و کاتی پەیماننامە بەسەرچوویێت، بەڵام ئەم پەیماننامەیە بۆ متمانەی هاوسەرەکان بە یەکتری زۆر گرنگە.

پەیماننامەی هاوسەرگیری دەبێت چ شتگەلێك لەخۆ بگرێت؟

پێویستە پەیمان بدەن لەسەر ئەوەی کە:

١- بە یەکەوە رووبەڕووی کێشەکان بینەوە.

٢- لەگەڵ یەکدا ڕاست و دروست هەڵسوکەوت بکەن.

٣- هەرگیز ڕێگەی فرت و فێڵ و درۆ نەگرنەبەر لەپێناو پاراستی متمانەی نێوانیان.

٤- بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان ئارام و بە ئیرادە بن.

٥- بڕوا بە قسەوقسەڵۆکی خەڵکی نەکەن و، لە ئەگەری زۆربوونیشیدا بیر لە ڕێگەچارەیەك بکەنەوە بۆ دەربازبوون لێی.

٦- بە یەکەوە هەنگاو بنێن لە ئاست ڕەخنە و ناڕەزاییەکانی خێزانەکانیان (دایك و باوکیان)دا.

٧- توانا ماددییەکانیان یەکبخەن و، ئاگاداری خەرجیی یەکتر بن.

٨- بە گفتوگۆ و ڕاوێژ کێشە و نائارامییەکانی ماڵەکەیان چارە بکەن.

٩- هاوکاری یەکبن لە پاك ڕاگرتن و خاوێنکردنەوەی ماڵەکەیاندا.

١٠- هانی یەکدی بدەن بۆ دوورکەوتنەوە لە هەر هەڵسوکەوت و خوویەکی خراپ.

١١- پاڵپشتی یەك بن لە پەرستشەکان و، بەشداریکردن لە کۆڕوکۆبوونەوە ڕۆشنبیرییەکان و، کتێب خوێندنەوە و، چالاکیە ڕۆشنبیرییەکاندا.

١٢- هەوڵی دەستخستنی زانیاریی زیاتر بدەن لەسەر ئەو بابەتانەی پەیوەستن بە هاوسەرگیرییەوە.

١٣- بە زووترین کات کەموکورتییەکانیان لە پەروەردەکردن و چاودێریکردنی منداڵەکانیاندا چارەسەر بکەن.

١٤- لە هەموو خۆشی و ناخۆشییەکی ژیانیاندا هاوبەشی یەکتر بن.

پەیماننامەی هاوشێوەی ئەمە بەرپرسیارێتییەکی ئەخلاقی بە هاوسەرەکان دەسپێرێت، واتە ئەمە پەیمانێکی مەعنەوییە کە بۆ بەڕێوەچوونی ژیانی هاوسەردارییان بە یەکتری دەدەن و، پەیوەندیی ئەخلاقیی نێوانیان ڕێك دەخات.

لە ژیانی خێزانداریدا ئەویندارییی و سۆزداریی لە ڕادەبەدەر بوونی نییە، بەڵکو پێویستە هاوسەرەکان چاویلکەی سۆزی لەڕادەبەدەر لادەن و، تێڕوانینێکی واقیعی و ڕاستگۆیانەیان هەبێت.

پێویستە بزانن چۆن ساتە خۆشەکانیان هەڵدەسەنگێنن، هەروەها قایل بن بەوەی هەیانە و، داوای شتێك نەکەن لە توانایاندا نەبێت. واتە نابێت غەمبار بن بۆ ئەو حەز و ئاواتانەی پێیان شاد نەبوون، بەڵکو پێویستە ڕازی ببن بە واقیع و هاوبەشی ژیانیان هەر وەکو چۆن پێیان بەخشراوە.

واتە هاوسەر نابێت ئەوە لەیاد بکات هاوسەرەکەی مرۆڤە و دەشێت هەڵە بکات.. ڕاستە دەرەنجامی هەندێك هەڵە ناڕەحەتی و نائارامییە، بەڵام قبووڵکردنی سروشتی مرۆڤبوونتان و هەڵەکردنتان وەك قبووڵکردنی ئاوابوون و هەڵهاتنی خۆرە لە هەموو ڕۆژێکدا.

ئەوە لە یاد مەکەن کە ژیان داستانی پەرییەکان نییە و، هاوسەرەکانیش پاڵەوانەکانی نین، هیچ کەسێك نییە چاوەڕوانی ئەوە بێت هەموو وەرزەکان وەك بەهار جوان و ڕەنگاوڕەنگ بن، بەڵکو دەزانێت هەر یەك لە پایز و هاوین و زستانیش بۆخۆی جوانی و قەشەنگیی خۆی هەیە.. کەواتە ئەوە لە سروشتی مرۆڤەوە نییە ئارەزوو بکات هەموو ساتەکانی لەیەك وەرزدا بێت.

ئەگەر گەنجەکان حەزناکەن خەیاڵات و حەزەکانیان دەربارەی هاوسەرگیری بەبادا بچێت، ئەوا با پێگە و شوێنی خۆیان باش بزانن و، پێ لەبەرەی خۆیان زیاتر درێژ نەکەن و، خەیاڵ پڵاو نەبن، چونکە ئەم خەیاڵاتانە لە هاوسەرداریدا بۆیان ناچێتە سەر.

ئەو هاوسەرانەی چاوەڕوانیی زیاد لە پێویستیان لە هاوسەرگیری نەبووە، شانسی گەیشتن بە ئارەزووەکانیان زیاترە، چونکە ژیان بەوجۆرە نییە کە لە پەنجەرەی خەیاڵەوە دیارە، بەڵکو چەند ڕێیەکی بەیەکداچووە و، بوونی کورتەڕێیەکی قەدبڕ بۆ گەیشتن بە مەبەست ئەستەمە، هەربۆیە پێویستە لە ژیانی هاوسەرداریدا زۆر خۆشخەیاڵ نەبین و بەچاوی واقیعبینانە لە ژیانمان بڕوانین.

گەر لە ڕۆژەکانی سەرەتای هاوسەرگیریدا ژن و مێرد زیاتر لەیەك نزیك بنەوە و، بە کەسێتیی یەك ڕازی ببن و، بە تێگەیشتنەوە ڕووبەڕووی یەك ببنەوە، ئەوا زۆر کێشە بەر لە سەرهەڵدانی چارەبووە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«مانگەکان و ساڵەکانی سەرەتای هاوسەرێتی زۆر گرنگن، چونکە ئەمە کاتی یەك ناسین و دروستبوونی تێڕوانینەکانە بۆ یەکتری، ئەو هاوسەرانەی لەم کاتەدا لەیەك ناگەن، ئەوا ژیانی هاوسەرییان لەمەترسیدایە».

د. ئایلا کلَنج

«ویست و ئارەزووەکانتان و، ئەو شتانەش کە حەز بە بوونیان ناکەن بە ڕوون و ئاشکرایی بۆ یەکتری باس بکەن، چونکە دواتر لە ساڵانی داهاتوودا گوێ بۆ ویستەکانی یەکتر ناگرن».

ئیسماعیل حەکیم ئۆغلو

«با خاڵی تایبەت و جیاکەرەوەی ماڵەکەتان (ئیمان) بێت، چونکە ئەو مرۆڤانەی لە خوداوە نزیکن لە ژیانیاندا بەختەوەر دەبن».

سەراب موتڵو ئاکبوڵوت

«دەربارەی ئەو کارانەی دەبێت بیکەن یاخود نەیکەن خۆتان یەکلایی بکەنەوە و، یاسایەك بۆخۆتان دابڕێژن و بە هەر نرخێکیش بووە پەیڕەوی ئەو یاسایە بکەن».

محمد دیکمێن

9

هەنگاوی نۆیەم

ئایا دۆستایەتیی نێوان کوڕ و کچ هاوسەرگیرییەکی خۆشبەختی لێدەکەوێتەوە؟

«ئەوانەی بە دۆستایەتی یەکتریان ناسیوە و بێ هاوسەرگیریی یاسایی لەگەڵ یەکدا ژیاون، دوای هاوسەرگیریان بە حەز و چاوەڕوانییەکانیان ناگەن و ئاسوودە نابن، جگە لەوەش خێزانێکی ناجێگیر پێکدەهێنن کە تەمەنی زۆر ناخایەنێت».

جێفری لارسۆن

لە ژووری مامۆستایان مشـتومڕێکی گەرم سـازابوو، هەندێك لە هاوەڵانم دژی دۆسـتایەتی و ژیانـی بـێ پەردەی نیـکاح بوون، هەندێکی دیکەشـیان لە ڕوانگـەی «بـۆ زیاتر یەکناسـینی گەنجەکان و دەسـتپێکێك بۆ هاوسـەرگیری» پشـتیوانیی دۆسـتایەتیی کوڕ و کچیان دەکرد پێش هاوسـەرگیری.

لە گەرمەی مشتومڕەکەدا خانمێك -کە بەرگێکی ناداپۆشەری پۆشیبوو و وەك لایەنگرێکی سەربەستیی بێ سنوور ناوزەند دەکرا- وتی:

«پێویسـتە لـەم بابەتـەدا گـوێ بۆ من بگـرن، چونکـە وابزانم لـە هەمووتان باشـتر دەزانـم بەیەکەوەژیانی بـێ مارەبڕین چ دەرئەنجـام و لێکەوتێکی هەیە، چونکـە ئەزموونـی مـن وەك باشـترین ڕوونکردنەوەیە بۆ ئەم باسـە».

ئەو خانمە مامۆستایە دەستی کرد بە گێڕانەوە:



«هاوڕێیەکی کوڕم هەبوو زۆرم خۆشدەویست و عاشقی بوویووم، وامدەزانی ئەویش بە هەمان شێوەیە بۆ من.

هەموو ڕۆژێك دەچووینە دەرەوە و پێکەوە ڕۆژمان دەگوزەراند، پەیوەندیی نێوانمان پەیوەندییەکی زۆر پاك بوو، پێمان وابوو ئیتر بەمجۆرە زیاتر یەکتر دەناسین و، خۆمان بۆ هاوسەرگیری ئامادە دەکرد.

قۆناغی دۆستایەتی لامان پێویستییەکی ژیان بوو و، بۆ هاوسەرگیرییەکی بەختەوەر ئەم قۆناغەمان بە پێویست دەزانی، بەڵام بە تێپەڕبوونی ڕۆژەکان ڕووی کارەکە گۆڕدرا، چونکە بۆم دەرکەوت کە هەستی من و ئەو جیاوازە و، لە قاڵبی هاوڕێیەتییەکی پاك و بێگەرددا جێی نابێتەوە.. من کاتێك بەتەواوی لەمە دڵنیابووم ئیتر کار لەکار ترازا بوو، ئەو ئامانجی خۆی لە هاوڕێیەتی و نزیکیی من پێکا و ڕۆیشت، بەڵام من بەتەنها مامەوە و زۆر شتی ژیانم لەدەست دا.

هاوڕێیان، نەریتی کۆمەڵگەکان جیاوازە، وڵاتانی ئێمە وەك وڵاتانی ئەورووپا نین، بەڵام زۆرمان لەمە تێنەگەیشتووین و بەهەڵەدا دەچین.

پشتگیریی دۆستایەتی و بەیەکەوەژیانی کوڕ و کچ بێ مارەبڕین و هاوسەرگیریی، واتە تێکدانی خۆشبەختی و دامەزراویی خێزان».

ئەم وتانەی مامۆستا کە بە چاوی پڕ ئەسرینەوە دەربڕین زۆر کاریگەربوون.. بۆیە چیتر کەس لایەنگریی ئەو بابەتەی نەکرد..

لەم ساڵانەی دواییدا لە ئەورووپا و هەندێ لە وڵاتانی سەرمایەداردا بۆ

لەناوبردنـی بەهـای خێـزان قۆناغـی بەیەکەوەژیانـی کاتیی کوڕ و کـچ بووەتە بـاو و، هەندێـك کەس بـە خەیاڵی خـۆی بۆ ئەوەی لـە ژیانی هاوسـەرداریدا بەختـەوەر بێـت بنەمـای «پێـش کڕین تاقـی بکـەرەوە» پەیـڕەو دەکات، گوایە ئەگـەر ئەم دوو کەسـە بەر لە هاوسـەرگیرییان بـۆ ماوەیەك پێکـەوە بژین، ئەوا لەبەرئـەوەی باشـتر یەکـتری دەناسـن لـە ژیانی خێزانداریشـیاندا خۆشـحاڵتر دەبن.

سـەیر ئەوەیـە کاتێك ئـەم دوو گەنجە پـاش ماوەیـەك بەیەکەوەژیان ئەگەر یەکتریـان بـەدڵ بـوو ئـەوا هاوسـەرگیری دەکـەن، بـەڵام ئەگـەر لەگـەڵ یەك نەگونجـان ئەوا تەواو خواحافیز و، دەسـت لەیەك دەشـۆن و کەسـێکی دیکە یـا دووانـی دی دەدۆزنەوە و تەنانەت تا سـێیەم و چـوارەم تاقیکردنەوەش هەر دەڕۆن و لایـان ئاسـاییە هەمـوو جارەکانیش کـە ڕێك ناکەون جیـا دەبنەوە.

ئەمـەش لـە کاتێکدایە کە لـەم جـۆرە بەیەکەوەژیانەدا دەتوانـن هەرچۆنێك بـووە ڕووە خراپەکانیـان لـە یەکـتری بشـارنەوە، بـە ئەنـدازەی ئـەوەی کـە یەکتریـان بەدڵـە تـا کاتـی هاوسـەرگیرییان زۆر بـە وریاییـەوە هەڵسـوکەوت لەگـەڵ یـەك دەکـەن و هەرگیز لەگەڵ یەکدا ئاسـایی نابن. جگـە لەوەش هیچ کات ترسـی لەیـەك جیابوونەوەیـان لـێ دانابڕێـت و، بە هەسـت و ئارەزووی گەنجێتییـان هـەوڵ دەدەن یەکـتری ڕازی بکـەن.

لـە مـاوەی دۆسـتایەتییەکەیاندا دەڵێـن بەتـەواوی لەگـەڵ یـەك گونجاوین و بـەو جۆرەیـن کە بیرمـان لێ دەکـردەوە، بـەڵام کێشـەکان دوای تەواوبوونی مانگـی هەنگوینـی و دەرکەوتنـی ڕووی ڕاسـتەقینەی ژن یـا مێـرد دەسـت پێدەکەن.

ئـەو کات دەزانێـت لەگـەڵ کەسـێکی نەشـیاودا هاوسـەرگیریی کـردووە، ڕاسـتترە بڵێیـن لەگـەڵ ئـەو کەسـەدا هاوسـەرگیریی نەکـردووە کـە بـە بڕوای خـۆی هاوسـەگیری لەگـەڵ کـردووە؛ چونکـە کاتـی دۆسـتایەتییان بـۆ دڵخۆشـکردنی یەکـتر زۆر هەوڵیـان دەدا و، هـەردەم بیروهۆشـیان لای یـەك بـوو نـەك خۆیان، کە ئەمـەش بێگومـان بە مەبەسـتی ڕازی کردنـی یەکتری و خـۆش بەسـەربردنی ئـەو سـاتانە بـووە.

"دەشێت کەسانێك هەبن کە پشتگیری دۆستایەتی پێش هاوسەرگیری بکەن، بەڵام با ئەوەشیان لەبەرچاو بێت کە زۆرینەی ئەوانەی لەیەکتری جیادەبنەوە ئەوانەن کە پاش دۆستایەتی هاوسەرگیرییان کردووە.

د. سێڤیم عاسیمگیل

بەڕاستی لەو ساتەوە کە ژن و مێرد تەنها بە هەستەکانیان بەیەك گەیشتن و، گەردەلوولی عیشق بۆ لای یەکی هێنان و، بە چاوی ژیرییان لە ڕاستیی یەکدییان نەڕوانی، ئەوا نەگونجان و لێك تێنەگەیشتنەکان سەر هەڵ دەدەن.

تەنانەت لە ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکاش کە شوێنی سەرهەڵدانی هاوسەرگیری کاتیی و ئەم جۆرە دۆستایەتییەیە، دژایەتییەکی توندی ئەم کارە دەکرێت، چونکە پیرۆزیی خێزان ناهێڵێت و، خانمەکان وەك کاڵایەك لێ دەکات بەر لە کڕینیان تاقی دەکرێنەوە!

لە هاوبەشییەکی پیرۆزی وەك هاوسەرگیریی و پێکهێنانی لانەی نوێی ژیاندا، تەنها هەستەکان بە دەردی هیچ ناخۆن، بە پێی زۆر لێکۆڵینەوەی ئەمریکیش تاقیکردنەوەی ئەم بەیەکەوەژیانە بەر لە هاوسەرگیریی هیچ ئەنجامێکی بەکەڵکی نەبووە.

ئەگەری جیابوونەوەی ئەو هاوسەرانەی بە دۆستایەتی و بەیەکەوەژیانی پێشوەخت بەیەك گەیشتوون بە ڕێژەی (٥٠٪) لەو هاوسەرانە زیاترە کە پێش هاوسەرگیرییان بەیەکەوە نەبوون، ئەم ئەنجامەش بە لێکۆڵینەوە لە ئاماری (٥٠) ساڵەوە بەدەست هاتووە.

لێکۆڵەر جێفری لارسۆن لە زانکۆی (بریگهام یۆنگ) دەڵێت:

«ئەو هاوسەرانەی بەر لە هاوسەرگیرییان پێکەوە ژیاون، لە پاش هاوسەرگیرییان ئەوەی چاوەڕوانی بوون بەدەستی ناهێنن و، لە خێزانە

نوێکەیانـدا ئاسـوودە نابـن و، لانەیەکـی ناجێگیریـان دەبێـت».

لارسۆن، ئەم لێکەوتە زیانبەخشانەشی بۆ ئەم دۆستایەتییە دیاری کردووە:

١- هاوسـەرەکان دوای هاوسـەرگیرییان دووچاری ئازاری ویژدان دەبنەوە لـە بەرامبـەر ئەو پەیوەندییە ناشـەرعییەی کە لەوەوپێـش هەیانبووە.

٢- بەهـۆی بوونـی پەیوەندیـی ناشـەرعییانەوە نێوانیـان لەگـەڵ دایـك و باوکیانـدا تێکدەچێـت.

٣- ئەگـەر دوای ماوەیـەك پێکەوەژیان بەرەو هاوسـەرگیریی هەنگاو نەنێـن و لەیەکتری دوور بکەونـەوە، ئەوا تووشـی بێهیوایی دەبن.

٤- ئەو منداڵانەی بە ڕێگەیەکی شەرعی لەدایك نابن، یاخود دایك و باوکیان لەیەك جیابوونەتەوە، مەترسییەکی گەورە ڕووبەڕووی خۆیان و کۆمەڵگە دەکەنەوە.

ئـەو هاوسـەرانەی هێشـتا لەیەکتری مارەنەکـراون، گەر بەتەنهـا بن پێکەوە ئـەوا دەشـێت زیـاد لـە پێویسـت لـە یەکـتری نزیـك ببنـەوە، لـەم بارەشـدا هێوربوونەوەیـان یاخـود گەڕانەوەیـان بـۆ سـەر ژیانـی ئاسـاییان زۆر قـورس دەبێت.

هەروەهـا زۆرینـەی ئـەم کەسـانە لە یـەك ناگەن و بـەر لە هاوسـەرگیرییان لەیـەك جیادەبنـەوە، ئیـدی لـەم ساتەشـەوە گومانـەکان لەبـارەی کچەکـەوە سـەر هـەڵ دەدەن، جـا ڕاسـت بـن یـان هەڵـە.

"هەژمارکردنی دۆستایەتی بە پەیوەندییەکی پاك بیرکردنەوەیەکی هەڵەیە! چۆن دەگونجێت دوو ڕەگەزی جیا لە چڵەپۆپەی تواناکانیاندا تەنها بە پەیوەندییەکی بێ گەردانە نۆقرە بگرن؟".

ئاینوور مسر ئۆغلو

بە پێی توێژینەوەیەك کە لە ئەڵمانیا کراوە، (٨٠٪)ی ئەو هاوسەرگیرییانەی پاش ماوەیەك دۆستایەتی کراون بە جیابوونەوە گەیشتوون، ئەمەش کارەساتێکی لە سنوور دەرچووە.

ئایا دەگونجێت کوڕ و کچ ببنە هاوەڵی ڕاستەقینەی یەکدی؟

فیلمێکی ئەمریکیش باس لەوە دەکات ناگونجێت لە نێوان کوڕ و کچدا پەیوەندییەکی بێگەرد هەبێت، بەڵکو بەشێوەیەکی سروشتی هەست و ئارەزووە جنسییەکان بەسەریاندا زاڵدەبێت.

ناوەڕۆکـی ئـەم فیلمـە لە بارەی کـوڕ و کچێکەوەیە کە لـە کارەکەیاندا وەك هاوکارێکـی باشـی یەکـتر پەیوەندییەکەیـان دەسـت پێدەکـەن و، دواتـر دەبنە ئەوینـداری یەکتر.

لە وتارەهەواڵێکی «USA TODAY»دا هاتووە:

«هەندێك لەو کوڕ و کچانەی پەیوەندیی دۆستایەتییان هەبووە ئاماژەیان بۆ ئەوە کردووە ئارەزووە جنسییەکانیان فشاریان خستووەتە سەر پەیوەندییە بێگەردەکەیان و، بۆ پاراستنی پەیوەندییە باشەکەیان دووچاری بەرەنگارییەکی سەخت بوون لەگەڵ نەفسیاندا.

بەرهەمهێنەری فیلمەکە، دەڵێت:«کوڕ و کچ ناتوانن تەنها هاوڕێی یەك بن، چونکە هەمیشە ئارەزووە سێکسییەکانیان دەکەوێتە نێوانیانەوە».



دوو دەروونناسیش کە توێژینەوەیان لەسەر پەیوەندیی کوڕان و کچان لە دەرەوەی سنووری خێزان کردووە، دەڵێن: «فیلمەکە ئاوێنەی ڕاستییەکانە»، یەکێك لەوان، (تۆم ڕینگ)ە لە زانکۆی (واشنتۆن کاتۆلیك)، کە دەڵێت:«ئەو کوڕەی هاوەڵێکی کچی هەبێت، بۆ ئەوەی بەسەر ئارەزووە ورووژاوەکانی خۆیدا زاڵ ببێت ناچارە دەمەقاڵێ و شەڕی لەگەڵ بکات».

پێویستە کچ و کوڕ بەر لە هاوسەرگیری بە شێوەیەکی شەرعی یەکتر بناسن و، هەر بە شێوەیەکی شەرعی و لە کاتی دەستگیرانداریدا بە کەموکورتییەکانیشیان ڕابگەن، ئیدی ئەو هاوسەرگیرییەی بەم ڕێچکەیەدا بڕوات بە خۆشبەختی شاد دەبێت. بەڵام دۆستایەتی و بەیەکەوەژیانی پێشوەخت خێزان بەرەو لەناچوون دەبات، بە پلەی یەکەمیش زیان دەبێتە بەشی خانمان و ئەو منداڵانەی لەو پەیوەندییە ناشەرعییەوە دەیخەنەوە.

لە ئایین و دابونەریتی وڵاتانی خۆماندا تەنها لە ئامادەبوونی مەحرەمێکدا ڕێگە بە گفتوگۆ و یەکتربینینی دەستگیرانداران دراوە بەر لە هاوسەرگیری، وا چەندین سەدەشە خێزان هەر بەمجۆرە پێکهێنراوە و، جیابوونەوەش زۆر بە دەگمەن بووە و، لانە بەختەوەر و تەندروستەکان بەم شێوازە بنیاتنراون.



ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

«ئازادیی خانمانی موسوڵمان بە پێوەری ئەم دونیایە هەڵناسەنگێنرێت. ئەوانەشی ئازادی بە نکۆڵیکردن لە بوونی خودا و ڕێنماییەکانی ئاینی ڕەوانەکراوی ئەو دەبیننەوە لە کۆیلایەتییەکی ڕاستەقینەدان.
ئەو خانمانەی وەك کاڵایەکی بازرگانی یان وەك هۆکارێکی تێرکردنی ئارەزووەکان لێیان دەڕوانرێت چۆن سەربەستییەکیان هەیە؟»

گولای پنارباشی

«هەژمارکردنی دۆستایەتیی نێوان کوڕ و کچ پێش هاوسەرگیری بە پێویستییەکی گرنگ، خیانەتە لە بەها پیرۆزەکانی هاوسەرداری، چونکە لەو جۆرە دۆستایەتییەدا هیچ بنەمایەکی ئەخلاقی سنوور بۆ هەڵسوکەوتیان ناکێشێت».

پرۆفیسۆر فاگمە ئۆزان

10

هەنگاوی دەیەم

پێش هاوسەرگیری زۆر باش بیربکەنەوە، دواتر هەر زوو جیامەبنەوە!

تــازە دەســتم بــە کاری مامۆســتاییم کردبــوو و، وانــەم بــە قوتابیانــی پۆلــی ســێیەمی قۆناغــی بنەڕەتــی دەوتەوە. لــە نێــو قوتابییەکاندا خوشــك و برایەکی دووانــە هەبــوون بــە ناوی ئەحمــەد و زەینــەب، ئــەم دوو منداڵە چاوگەشــە لە ســووچێکی پۆلەکــە لــە جیهانــی خۆیانــدا ڕۆدەچوون.

جلوبەرگیــان تــا بڵێی کۆن شــڕ بــوو و، پێڵاوەکانیان دڕابوو و، جانتاشــیان نەبــوو، زۆر بەکەمیش دەفتەر و پەرتووکیــان بەکاردەهێنا.

لەگــەڵ ئــەم دوو خوێنــدکارە شــیرینەم پەیوەندییەکــی باشــم پێــك هێنــا و، زانیــم ســێ خوشــك و بــرای دیکەشــیان هەبــوو، دایــك و باوکیــان لەیەکتری جیابوویوونــەوە و، ئەمــان لای دایکیان مابوونەوە. باوکیشــیان بۆخۆی لەگەڵ ئافرەتێکــی دیکــەدا هاوســەرگیریی کردبــوو و، لــە جێیەکی دیکــە دەژیا.

دایکیــان بەهــۆی جیابوونەوەکەیــان تووشــی (گرفتــی دەروونــی) بووبوو، لەبــەر کــەم دەرامەتیشــیان چارەســەری پێویســتی وەرنەگرتبــوو و لــە ئــازار و ناڕەحەتییەکــی زۆردابــوو، منداڵەکانیــش بە تــەواوی بــەدەردی خۆیانەوە و بێ سەرپەرشــت مابوونــەوە، هــەر پێنــج منداڵەکە نــەداری و کەساســییان لێ دیار بوو.

بەپێـی توانـای ئـەو کاتەمـان لەگـەڵ برادەرانـدا هاوکاریـمان کـردن. هەرچەنـدە مـن زۆر لـەوێ نەمامـەوە و، وەك مامۆسـتا گواسـترامەوە بـۆ ناوچەیەکـی دیکـە، بـەڵام دیمەنی ئەو خێزانـەم هەرگیز لەبەر چـاو لاناچێت، بەڕاسـتی زۆر دڵتەنـگ بـووم بۆیـان.

پـاش بیسـت سـاڵ، چـووم بـۆ (مـاڕاش) بـۆ ئامادەبـوون لـە ئاهەنگـی دەرچوونـی پەرتووکێکـم.. هـەر زوو لەگـەڵ خوێنەرانـدا کەوتمـە قسـە، بـەڵام لـە گەرمـەی قەرەباڵغییەکـەدا هەسـتم کـرد گەنجێکـی سـی سـاڵان لە سـووچێکدا لەگـەڵ دوو منداڵـی جواندا وەسـتاوە و، زوو زوو چـاو لە چاوم دەبڕێـت.

لەم هەڵسوکەوتەی تێگەیشتم و، بانگم کرد بۆ یەکتر ناسینێك، وتی:

«مامۆسـتا، بـا کەمێـك دەورتـان چـۆڵ بێـت، هەندێـك شـتی گرنـگ هـەن بۆتـان بـاس بکـەم».

ڕاسـتییەکەی مەراقـم بـوو تـا بزانـم ئـەم گەنجـە کێیـە، کاتێـك وردە وردە قەرەباڵغییەکـە نەمـا و بـە تەنیـا مامـەوە هـات بـۆ لام و وتـی:

«مامۆستا با دەستتان ماچ بکەم».

گەنجێکـی باڵا بەرزی ئەسـمەری خوێنگـەرم بوو، کە کچێـك و کوڕێکی منداڵـی پێ بـوو. منیش وتـم:

- ببورن بەڕێز، ناتانناسم.

- مامۆستا، جا چۆن ئەمانناسنەوە، وا بیست ساڵ تێپەڕبووە، من ئەحمەدم، براکەی زەینەب، خوشك و برا دووانەکە.

- ئای ئەحمەد! ئەوە تۆی؟!

ئـەو منداڵانـەی بیسـت سـاڵ لەمەویـەر لێیـان دوورکەوتمـەوە، هێشـتا ئـازاری دیداریـان لـە دڵـم دەرنەچووبـوو.

- ئەی زەینەب لە کوێیە؟

کەمێـك لەولاتـرەوە خانمێکـی باڵاپۆش -کە فرمێسـکەکانی بـە ڕوومەتیدا دەڕژان- وتی:

- ئەمەتام لێرە مامۆستا.

ئـای خوایـە گیـان تـۆ چەنـد مەزنیـت! بـە کام مـاڵ و سـامانی دونیـا ئەم خۆشـییەی من دەسـت کەس دەکەوێت؟ سوپاسـی بـێ کۆتام بـۆ زاتی تۆیە!

بینینـەوەی دوو قوتابـی کـز و کڵۆڵـم، دوای چەندیـن سـاڵ و پـاش ئـەوەی هەریەکەیـان بووبوونـە کەسـێکی پێگەیشـتوو و بەڕێـز چەنـد خۆشـییەکی بێوێنـە بـوو!

بەڕاستی گەر مامۆستایی تەنها ئەمە بەرامبەرەکەی بێت، بەسە.

بەرامبەر یەك دانیشتین. دیار بوو ئەوان زۆر شتیان هەبوو باسی بکەن.

دایکـە نەخۆشـەکەیان چاك بووبووەوە، بـەڵام وەفاتی کردبوو، باوکیشـیان لـە خێزانـی دووەمیشـی جیابوویـووەوە و چووبـووە دەرەوەی وڵات، ئیـدی نازانـن ماوە، مـردووە!

ئـەم پێنـج منداڵـە چەنـد سـاڵێك بەربەرەکانێـی ژیانێکـی زۆر سـەختیان کردبـوو، بە هاوکاریی خزمەکانیان لە کارەسـاتە ناخۆشـەکانی ژیان دەربازیان بووبـوو.. شـکور پـەروەردگاری کەسـی بێکەسـان ئەوانـی نەخسـتبووە بـەر دەسـتی ستەمکار و تاوانـکاران، ئـەم خوشـك و برایانـە تەنهـا لـە لایەنـە جوانەکـەی ژیانیـان ڕوانیبـوو و، بـە ئیمان و بـاوەڕەوە ژیانیان بەسـەر بردبوو.

ئەحمـەد و زەینـەب بووبوونـە مامۆسـتا، هەردووکیشـیان هاوسـەرگیریان کردبـوو و، ژیانێکـی ئاسـوودە و کامەرانیـان هەبـوو.

بـەڵام ئـەو وتانـەی زەینـەب لـە کۆتاییـدا بـە چـاوی پـڕ ئەسرینـەوە وتنی لەڕوانگـەی ئـەم باسـەمانەوە زۆر بەنـرخ و پـڕ بەهابـوون:

«مامۆسـتا ئەگـەر کـچ و کوڕ پێـش هاوسـەرگیری و لـە میانەشـیدا ژیرانە بیـر بکەنـەوە، ئـەوا هەرگیز بـە ئاسـانی جیانابنەوە.

ئێمـە زۆر بـاش بینیـمان و تێگەیشـتین کـە جیابوونـەوە چ کارەسـاتێکە، با کەسـانی دیکـەش ئـەم بـارە ناهەموارەیـان بەسـەردا نەیـەت، خـوای گـەورە ئێمـەی لـەم ڕۆژگارانـە دەربازکـرد، بـەڵام منداڵانـی هەمـوو ژن و مێردێکـی لەیەکجیابـووەوە ئـەم شانسـەیان نابێـت.

تەنهـا شـتێك ئێسـتا خەمـی لـێ بخـۆم باوکمـە، هەرچەنـدە ئـەو ئێمـەی وێـڵ و سـەرگەردان جێهێشـت، بـەڵام مـن لـە یـادم ناچێـت و، زۆر خەمـی

ئەومـە، هەمـوو شـەوێك خـەوی پێـوە دەبینـم، نازانـم مـاوە یـان مـردووە.. هێنـدەم بەسـە بـۆ جارێكـی تـر بیبینمـەوە.

بـا هیـچ كـەس خـۆی و خێزانەكـەی خانەسـەرگەردان نـەكات و، ئـەم حـەسرەت و مەینەتییـە تووشـی منداڵەكانـی نـەكات».

بەڵـێ ئەمـە تەنها مشـتێك بوو لە خـەرواری كارەسـاتەكانی جیابوونەوە كە بەسـەر منداڵەكانـدا دێـن، لـە هەمـوو خێزانێكی پەرتـەوازەی ئاوادا بـە وێنەی ئـەم ڕووداوانـە بەسـەر ئەندامەكانیدا دێن.

جیابوونەوە بەتەنها وشەیەك: «كارەساتە».

جیابوونـەوە كاریگەریـی زۆر خراپـی لەسـەر ژن و مێردەكـەش هەیـە، چونكـە هەیـە ڕق لـە هاوسـەرگیریی هەڵدەگرێـت و هەرگیـز جارێكـی تـر هاوسـەرگیری ناكاتەوە، هەیشـە چەندین سـاڵ لە ژێر كاریگەریـی ئازارەكانی ڕزگاری نابێـت، هەیشـە بەدبەخـت و ماڵوێـران بـووە...

بۆچـی بونیـادی خێزانـەكان هـەرەس دەهێنێـت؟ بۆچـی لانـەی خەیاڵ و خولیـای چەنـد سـاڵە دەبێتـە دۆزەخ؟ چـۆن ئەو هاوسـەرانەی خۆشەویستی یەكـتری بـوون، لەنـاكاو دەبنە دوژمنـی یەكتر و، ڕقیـان لەیەك دەبێتـەوە؟ ئەی بۆچـی لەیـەك جیادەبنەوە؟

ئەگـەر ئـەم كارەسـاتە زوو زوو ڕوویـدات، كەواتـە شـتێك هەیـە بـە هەڵە دەسـت پێـدەكات و، بـە هەڵـەش بـەردەوام دەبێـت و، ئەنجامێكی هەڵەشـی لـێ دەكەوێتەوە.

هـەر بۆیـە پێویسـتە كەموكوڕییـەكان بخرێنـەڕوو و شـی بكرێنـەوە و، ڕێگەچارەیـان بـۆ بدۆزرێتـەوە.

لـە ئێسـتادا جیابوونەوەی ژن و مێـرد و پەرتەوازەبوونی خێزانـەكان یەكێكە لـە گرفتـە سـەرەكییەكانی گشـت وڵاتانـی جیهـان، چونكـە گـەر بناغـەی خێزانـەكان لـە كۆمەڵگـەدا ڕووخـا، ئەوا هەمـوو كۆمەڵگـە دەهەژێـت، لەبەر ئەمـە هەمـوو میللەتـان بـە دوای چارەیەكـدا دەگەڕێـن بـۆ پێڕاگەیشـتن بـەم كێشـە مەترسـیدارە.

بەداخـەوە، لـە كۆمەڵگـەی ئێمەشـدا جیابوونـەوە بووەتـە نەخۆشـییەك

کە کۆمەڵگەی لە ڕەگ و ڕیشەوە هەژاندووە، بۆیە پێویستە زۆر بەپەلە چارەیەکی بۆ بدۆزرێتەوە و کۆمەڵگەی لێ بپارێزرێت.

بۆچی هاوسەرەکان لە یەك جیادەبنەوە؟

لەمڕۆدا لەبەر ئەوەی خێزان لەسەر بناغەی لاواز و بۆش بنیات دەنرێت، دارمانیشی زۆر ئاسان بووە، تەنانەت هەندێ هاوسەر لانەیان لەسەر بنەمای «گەر خۆشبەخت نەبووین جیادەبینەوە» بنیات دەنێن! ئەمەش نەریتێکی زۆر خراپە، چونکە لەگەڵ هەر جیابوونەوەیەکدا تەنها هاوسەرەکان نین زەبریان بەردەکەوێت، بەڵکو خێزانەکانیشیان و بەتایبەتیش منداڵەکانیان قوربانییەکی گەورە دەبن لەم کارەیاندا.

جیابوونەوە زۆر هۆکاری هەیە، گرنگترینیان لەم چەند خاڵەدا دەخەینە ڕوو:

١- بەگشتی جیابوونەوە زۆرتر لەو خێزانانەدا دەبێت کە هاوسەرەکان بەر لە زەماوەندکردنیان باش یەکتریان نەناسیوە.

٢- کێشە دەروونییەکان و نالەباریی هەڵسوکەوت لە هۆکارە گرنگەکانی جیابوونەوەن.

٣- گرفتە ئابوورییەکانیش هۆکارێکی دیکەی جیابوونەوە پێکدەهێنن.

٤- خۆتێهەڵقورتاندنی خزمان لە کاروباری خێزانێك و، قسە و پرتەوبۆڵەیان و، جیاوازیی نەریت و بیروبۆچوون کاریگەرییان لەسەر بەردەوامیی خێزان هەیە.

٥- کزبوونی بەها مەعنەوییەکان، مەی خواردنەوە، قومار کردن، زینا و کاری ئابڕووڕووشێن لە گرنگترین هۆکارەکانی جیابوونەوەن.

٦- گیروگرفتە جۆراوجۆرەکانی ژینی جەنجاڵی شارەکان ڕێژەی جیابوونەوەیان بەرزکردووەتەوە، چونکە لە گوندەکاندا جیابوونەوە زۆر بە دەگمەنە.

جیابوونەوە نەخۆشییەکی کۆمەڵایەتییە کە زیاتر لە شارەکاندا بەدیدەکرێت، بەڵام ئەوەی جێی بایەخە ئەوەیە لەو شوێنانەی بیروباوەڕە ئایینییەکان و دابونەریتەکان بە توندوتۆڵی پەیڕەو دەکرێن

ڕێــژەی جیابوونــەوە زۆر کەمــە.

٧- جیابوونەوە زیاتر لە پێنج ساڵی سـەرەتای هاوسـەرگیریدا ڕوودەدات، هـەر بۆیە پێویسـتە هاوسـەران لەم چەند سـاڵی سـەرەتای پێکـەوە گونجانەدا زۆر وریـا بن.

٨- جیابوونـەوە لـەو خێزانانـەدا کە منداڵیـان نییە زیاترە لـەو خێزانانەی کە منداڵیـان هەیـە، واتە منداڵ پایەیەکی گرنگە کە خێزانی لەسـەر ڕادەوەسـتێت.

٩- ئـەو خێزانانـەی ئامادەکاریی پێویسـتیان بۆ هاوسـەرگیری نەکردووە و، پاڵپشـت و بناغەیەکـی مـاددی و مەعنەویـی پتەویان پێك نەهێنـاوە زۆر کات ڕووبەڕووی هەڕەشـەی جیابوونـەوە دەبنەوە.

١٠- بەهیـوای چارەسـەربوونی هەندێـك کێشـە لـە پـاش هاوسـەرگیری هەڵەیەکـی حاشـا هەڵنەگـرە، چونکـە زۆر کات ئـەم هیوایـە ناتوانێـت خێزان ڕزگار بـکات، بگـرە هاوسـەرگیری بـەم قەناعەتـەوە بۆخـۆی هەڵەیەکـی زۆر گـەورە دەبێت.

١١- مـەی خواردنـەوە و خـووە خراپەکانـی دیکـەش لـەو ئافاتانـەن کـە خێـزان هـەڵ دەوەشـێننەوە، بۆیە پێویسـتە بـەر لـە هاوسـەرگیری دڵنیابنەوە لە بـوون و نەبوونـی ئـەم ئالوودەبوونانـە لـە بەرامبەرەکەتانـدا.

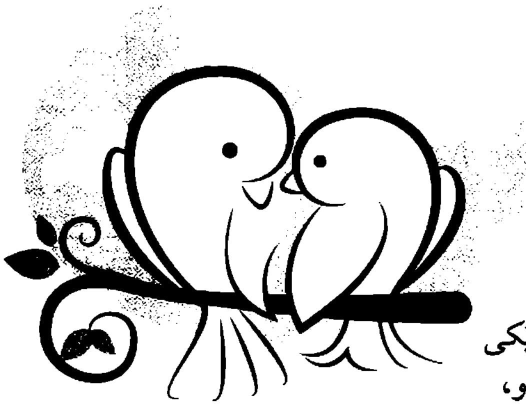
١٢- دروسـت نەبوونـی ڕێـز و پیرۆزیـی و هەسـتی بەرپرسـیاریەتی لـە خێزانـدا یەکێکـی دیکەیـە لـە هـۆکارە سـەرەکییەکانی جیابوونـەوە.

پێویسـتە ئەوانـەی نیـازی هاوسـەرگیریان هەیـە، واقیعبینانـە لـە شـتەکان بڕوانـن و، خۆیـان لـە دونیـای خەیـاڵات دەربـاز بکـەن و، لـە هۆکارەکانـی جیابوونـەوە بکۆڵـەوە و، وریـای ئـەوە بـن تـا چەندێـك دەتوانـن بەسـەر کەموکورتییەکانیانـدا سـەربکەون.

گەر گەیشـتنە ئـەو قەناعەتەی هیـچ گرفتێکی زەقیان نەهێشـتووە ئەو کات بـا زەماوەند بکەن.

تەنها بەچەند سەردێڕێکیش باس لە زیانەکانی جیابوونەوە و، کاریگەرییەکانی لەسەر تاك و کۆمەڵگە دەکەین:

١- جیابوونەوە، هیواکانی دوو دڵ دەشواتەوە و، بیر و هۆشیان پەرتەوازە



دەکات و، ڕێگە بۆ کێشەی دەروونی و ئابووریش دەکاتەوە.

٢- زۆر جار هاوسەرە جیابووەوەکان وەك کاردانەوەیان بۆ هاوسەرگیری یەکەمیان، جارێکی دیکە هاوسەرگیری دەکەنەوە و، ئەمجارەشیان ژیانی هاوبەشیان تەمەنێکی درێژی نابێت.

٣- هاوسـەگیری لـە چـاوی ئـەو کەسـانەدا دێوەزمەیەکـە و، تـا کۆتایـی تەمەنیـان لەگەڵیانـدا دەمێنێتـەوە.

٤- ئەگـەری دەسـتدانە خـوو و ئالودەبوونـە خراپـەکان لەلایەن هاوسـەرە جیابووەوەکانـەوە زۆر بـەرزە.

٥- ڕۆژگارێکـی زۆر سـەخت لـە چاوەڕوانـی خانمـە جیابووەوەکاندایە، هەندێـك جاریـش بـەرەو هەڵەگەلێکیان پەلکێـش دەکات کە ڕەنگـە بە گیانی خۆیـان باجەکـەی بدەن.

٦- حاڵـی منداڵەکانیشـیان کارەسـاتە بۆخـۆی، چونکـە ئـەو منداڵانەی لە سـۆز و میهرەبانـی و پاڵپشـتیی خێـزان دابـڕاون مەترسـین بۆ سـەر کۆمەڵگە، جگـە لەوەش دەبنـە سـەرچاوەی دڵتەنگیی خۆیـان و دەوروبەرەکەشـیان.

بـە کورتـی، جیابوونـەوە کارەسـاتێکە بـۆ سـەر تـاك و کۆمەڵگـەش، هەر بۆیـە پێویسـتە ڕێگەچـارەی بـۆ بدۆزرێتەوە.

ڕێـژەی ئـەم کارەسـاتە لـە وڵاتانی خۆشـماندا بـە ڕادەیەك زیـادی کردووە کە جێـی گرنگـی پێدانە.

بـۆ نموونـە لـە وڵاتێکـی وەك تورکیـادا، لـە دە سـاڵی ڕابـردوودا بەرزبوونەوەیەکـی بەرچـاو لـە ژمارەی سـکاڵا تۆمارکراوەکان بـۆ جیابوونەوە بەدیدەکرێـت، لـە سـاڵی (١٩٨٦)دا (٦٠٨٦٥) کـەس لـە دادگا سـکاڵای تۆمارکـردووە بـۆ جیابوونـەوە، بـەڵام لـە پـاش دەسـاڵ ئـەم ژمارەیـە بەڕێژەی (٧٢٪) بەرزبووەتـەوە و، بـووە بـە (١٠٤٨٥١) کـەس.

ڕێژەی جیابوونەوە لە ساڵی (١٩٧٠) و (٢٥)ساڵی دواتردا (بۆ هەر سەد کەسێك):

ولات	١٩٧٠ (٪)	١٩٩٥ (٪)
ئەمریکا	٤٢,٣	٥٨,٤
سوید	٢٣,٤	٤٤,١
دانیمارك	٢٥,١	٤٤
ئینگلتەرا	١٦,٢	٤١,٧
هەنگاریا	٢٥	٣١
فەرەنسا	١٢	٣١,٥
کەنەدا	١٨,٦	٣٨,٣
هۆڵەندا	١١,٢	٨,١
یۆنان	٥,١	٢
ئیتاڵیا	٥	٨
تورکیا	-	٠,٠٥

بە پێی تۆماری دادوەری و بەڕێوەبەرایەتی گشتی ئامار، ڕێژەی جیابوونەوەکان لە تورکیادا بەمجۆرە بووە:

ساڵ	ژمارەی کەسەکان
١٩٨٦	٦٠٨٦٥ کەس
١٩٨٧	٦٠١٤٠ کەس
١٩٨٨	٨٠١٥٨ کەس
١٩٨٩	٧٥٨٢٠ کەس
١٩٩٠	٧٧٢٣٣ کەس
١٩٩١	٨٥١٣٢ کەس
١٩٩٢	٨٨٧٨٨ کەس
١٩٩٣	٨٨٨٧٧ کەس
١٩٩٤	٩٥٤٩٥ کەس
١٩٩٥	١٠٣٢٠٣ کەس
١٩٩٦	١٠٤٨٥١ کەس

بەپێـی ئـەو ڕوولەزیادبوونەی لـە ڕێژەکانی نێـو ئەم خشـتانەدا هاتووە زۆر پێویسـتە بێ سـێ و دوو کـردن بکەوینە گەڕ و بـەدوای چارەسـەردا بگەڕێین.

چارەسەرەکان بۆ ڕزگارکردنی خێزان لە جیابوونەوە:

گـەر لـە بناغـەی ئـەو هۆکارانـەی کـە هەڕەشـەن بۆسـەر هاوسـەرداری وردبینـەوە، دەبینیـن بەگشـتی دوورکەتنـەوە لـە بەهـا ڕەسـەنەکان و، دابڕان لە ئاییـن و دابونەریت، لە پشـت زۆرینـەی جیابوونەوەکانن. بـە واتایەکی دیکە: کاتێـك هاوسـەرەکان لـە بنەمـا ئیسـلامییەکان دوورکەوتنـەوە و، هـۆکاری بوونـی خۆیانیـان وەك مـرۆڤ پشـتگوێ خسـت، ئـەو کات ژمـارەی لانـە تیکچووەکانیـش زیـادی کـرد.

لـەو خێزانانـەدا کـە لەسـەر بنەمـا ئیسـلامییەکان پێکهاتـوون نەگونجـان و نائارامیـی هێنـدە بوونـی نییـە و، گـەر شـتێکی لەوجـۆرەش لـەم لانانـەدا هەبێـت، ئـەوا هەڵـە و کەموکورتـی لـەو بنچینانەدایـە کـە بـۆ ئاسـوودەبوونی خێزانەکەیـان دایاننـاون، چونکـە هاوبەشـبوونی ئاییـن و یەکێتیـی بیـروڕا و خوڕەوشـتی جـوان گرنگتریـن پایـەی چارەسـەری کێشـەکانن.

هـەر لەبـەر ئەمەشـە پێغەمبەرمـان (دروودی خـوای لـێ بێـت) ئاییـن و ڕەوشـتی وەك باشـترین پێـوەری هەڵبژاردنـی هاوسـەر دانـاوە، ئەگـەر نـا ئەو لانانـەی لەسـەر بنەمـای جوانییەکانـی دونیا و ماڵ و سـامان بنیـات نراون، لە نائارامـی و لێکتێنەگەیشـتن پارێـزراو نابن.

دەکرێت ڕێگەچارەکانی دیکەش لەم چەند خاڵەدا بەکورتی باس بکەین:

١- هـەوڵ بـدەن گـوێ بـۆ یەکـتری ڕابگـرن و، لە یەکـتری تێبگـەن و ڕای یەکترتـان لا پەسـەند بێت.

٢- تـا دەتوانـن کاتی زۆر بـۆ یەکدی تەرخـان بکەن، چونکە تا سـاتەکانی پێکەوەبوونتـان زیاتر بێت، لێکتێگەیشـتن و نزیکبوونەوەشـتان زیاتر دەبێت.

٣- وریـای بەرهەڵسـتی و تووڕەبـوون و هەڵسـوکەوتی زویـرکار بـن، قسـەکانتان بـە ڕەقـی و چاوسـوورکردنەوە دەرمەبـڕن، بەڵکـو هـەوڵ بـدەن بە نەرمونیانـی و لەسـەرخۆییەوە بدوێـن.

٤- زووزوو بـەو قسـە و هەڵسـوكەوت و دیارییانـەی كـە بەرامبەرەكەتـان حـەزی لێیانـە دڵـی ڕازی بكە.

٥- ستایشی كارەكانی یەكتری بكەن و، بڵێن كە ئەو كارەتان بەدڵ بووە.

٦- خۆشەویسـتییەكەتان لـە ناختانـدا مەشـارنەوە، بەڵكـو دەریببـڕن بـۆ یەكـتری.

٧- لـەو هەڵسـوكەوت و پەیوەندییانـە دووربكەونـەوە كە قسـە و قسـەڵۆك دەهێننە سـەرتان.

٨- خانووی خۆتان بكڕن و، لە كرێنشـینی دووربكەونەوە، خەرجییەكانتان ڕێكبخەن و، خۆتان لە كێشـە ماددییەكان ڕزگار بكەن.

٩- بـا منداڵتـان ببێـت و، خۆشەویسـتێكی هاوبەشـتان هەبێـت، چونكـە منـداڵ لـە گرنگتریـن ڕاگرەكانـی خێزانـە.

١٠- لە خزم و هاوڕێ خراپەكانتان دووربكەونەوە.

١١- ڕێـز بـۆ ڕیشسـپی و گەورەكانـی بنەماڵـەی یەكـتری دابنێـن، بـا لـە دوعـای خێـری ئـەوان بێبـەش نەبـن.

١٢- هاوەڵ و دۆستی بە ئەمەك و، ژینگەیەكی جێی متمانە پەیدا بكەن.

١٣- كارەكانتـان بەباشـی بكـەن و، لەگـەڵ هاوكارەكانتاندا بەباشـی كات بگوزەرێن.

١٤- لە ڕەوت و بیروڕا زیانبەخشەكان دوورەپەرێز بن.

بیرتـان بێـت! جیابوونـەوە كارەسـاتێكە! ڕزگاركردنـی خێزانیـش لێـی سـەركەوتنە، كەواتـە بـا ئێـوە وەك پاڵەوانـی سـەركەتوو دەربكـەون، ئەگەرنـا دەبنـە كەسـانێكی شكسـتخواردوو و بێبـەش لـە سـۆز و خۆشەویسـتی.

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەو کەسەی ئافرەتێك تەنها بۆ جوانییەکەی و سامانەکەی دەخوازێت ئەوا لە هەردووکیان بێبەش دەبێت، بەڵام گەر کەسێك ئافرەتێکی لەبەر دینداریی خواست، ئەوا پەروەردگار هەم ماڵەکەیشی و هەم جوانییەکەیشی دەکاتە نسیبی".

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"کچێکی خراپ نابێتە هاوسەر و ژنێکی باش".

بنیامین فراکلین

"هەموو خانمێکی باش، قەڵغانێکی پیرۆزی پیاوە".

خالیدە ئەدیب ئادیڤار

"گەر دەتەوێت ژیرانە هاوسەرگیری بکەیت، ئەوا لەگەڵ هاوشانی خۆتدا هاوسەرگیری بکە".

ئۆڤیدوس

11

هەنگاوی یانزەیەم

«ئازادیی سێکسی» کۆیلایەتییە!

«بە ناوی (ئازادیی سێکسی)یەوە گەنجان ڕژانە سەر شەقامەکان و، پڕوپاگەندەی ئەوەشیان کرد کە ئازادییەکی بێگەرد و خەوشە. باشە ئەمە ئازادی بوو یان کۆیلایەتی؟
بەوپێیەی ئازادیی سێکسی سنوورێکی نییە، دەرەنجامەکانیشی کارەساتێکن بۆخۆیان. ئەوەتا لە ئێستادا وڵاتانی ڕۆژئاوا بەدووی چارەدا وێڵن بۆ دەربازبوون لەم گرفتە».

د. ئێدوارد بیڵ

ئەو ڕەوتەی بە ناوی (ئازادیی سیکسی)یەوە لە ئەورووپا و ئەمریکادا سەریهەڵداوە، بووەتە کارەساتێکی کۆمەڵایەتی.

ئەو خێزانە موسوڵمانانەی دابونەریت و باوەڕ تێیاندا بەهێزە بە توندی بەرهەڵستی ئەم ڕەوتە دەکەن، بەڵام ئەوانەی بەها مەعنەوییەکان تێیاندا بەهێز نییە، زیانی زۆرییان لەم ڕەوتە بەرکەوتووە کە بانگەشەی ئازادیی ڕەها و بێ سنوور دەکات.

ئازادیی سێکسی، بە واتای ئەوە دێت: (گەنجەکان چۆنیان ئارەزوو لێیە بەو جۆرە بژین)، بەڵام ئایا ئەمە بەڕاستی ئازادییەکی بێ خەوشە؟ یاخود بناغەی بەها پیرۆزەکان دادەڕمێنێت و، بەها مەعنەوییەکانی کۆمەڵگە لەناودەبات؟

(ستینێت)ی دەروونناسی ئەمریکی -ئەو وڵاتەی زۆرترین زەبری لەم بزووتنەوەیەوە بەرکەوتووە- وەڵامی ئەم پرسیارە دەداتەوە:

«ئازادیی سێکسی بەرنامەیەکە بەهەڵە دەست بە پەیڕەوکردنی کرا و، بەهەڵە بەردەوام بوو و بە ئەنجامی هەڵە و خراپیش گەیشت، وتمان با لاوەکان شوناسی جەستەیی خۆیان بدۆزنەوە، بەڵام ئەم بیرۆکەیە کارەساتی زۆری لەگەڵ خۆیدا هێنا، چونکە ئارەزووی سێکسی یاسا ناناسێت.



هەروەها ئەمە زیانی زۆریشی بەوانە گەیاند کە ویستیان پێشی پێ بگرن. ئەو گەنجانەی وەك دەستەمۆی ئارەزووەکانیان گۆش بوون، مافی تاك و ئابڕووی خێزان و ئەخلاقی کۆمەڵگەیان شێواند.

زەرەمەند و قوربانیی ئەمەش کچانی پەراوێزخراو و منداڵی بێ سەرپەرشت و بەستەزمانن. هەر بۆیە پێویستە هەموو کۆمەڵگەیەك بە لەبەرچاوگرتنی سروشتی تاکەکانی خێزانەکان بەهێز بکات، لەمەشدا سوود لە زانست و ئەزموونی پیاوانی ئایینی و ئامۆژگاریکار بینێت و، کچان و کوڕانی لەو دێوەزمانە ڕزگار بکات و، بە بەها پیرۆزەکانی خێزان شادیان بکاتەوە.

پێویستە هەرچی زووە جیهان قەبارەی ئەو مەترسییانە بەهەند وەربگرێت کە بەناوی ئازادیی سێکسییەوە بڵاو دەبنەوە.. هەر بۆ ئەم مەبەستەش دەبینین لە وڵاتانی وەك ئەمریکا، فەرەنسا، ئەڵمانیا، ئینگلتەرا و زۆر وڵاتی دیکەشدا پرۆژەیەکیان خستووەتە گەڕ بە ناوی (گەڕانەوە بۆ خێزان) بۆ ڕوویەڕووبوونەوەی ئەم مەترسییانە.

«ئازادیی سێکسی» چی بە خانمان بەخشیوە و، چیشی لێ سەندوونەتەوە؟

زۆرێك لە وڵاتانی پێشکەوتوو، لە بەرامبەر ئەو ڕاستییەی کە ئازادیی سێکسی ڕەوشتی خێزان و دواتریش کۆمەڵگە لە ڕیشەوە دەردەهێنێت و،

متمانـەی خێزانـی ناهێڵێـت، پـرۆژەی (گەڕانـەوە بـۆ خێزان)یـان خسـتووەتە بـواری جـێ بەجـێ کردنەوە.

لەمەشـەوە تێدەگەیـن کـە بڵاوبوونـەوەی ئـەم سەربەسـتییە بـێ سـنوور و ڕەهایـە مەترسـییەکی زۆر گەورەیـە بۆ سـەر کۆمەڵگە و، پێویسـتە (سـێکس) وەك پەیوەندییەکـی ڕۆحـی و پیـرۆز لە نـاو خێزاندا بە شـێوەیەکی ڕێگەپێدراو (شـەرعی) بوونـی بپارێزرێت.

گەورەتریـن زیانـی ئـەم ڕەوتـەش ئـەو فشـارە دەروونییـە نەرێنییەیـە کـە لەسـەر مرۆڤـی دروسـت دەکات، چونکە ئـەم بیرۆکەیە خۆشویسـتنی مرۆڤ لـە مەیدانـدا ناهێڵێت و، لە هەموو جۆرە پەیوەندییەکی هەسـت و سـۆز ئامێز دایدەبڕێـت و، پەیوەندییەکانـی بـەرەو کاتیـی بـوون و دەمودەسـتی ئاڕاسـتە دەکات، کـە ئەمـەش مرۆڤـەکان دڵتەنـگ دەکات.

هەریـەك لە ئایـدز و، هەمـوو نەخۆشـییە زایەندییەکان و، دەسـتدرێژی و، کوشـتن و، خەمۆکی و، خۆکوشـتن و، ئالودەبوون بە مادده هۆشـبەرەکان و، قەیرانـە ڕۆحییەکان سـەرئەنجامی ئازادیی بێ سـنووری سێکسـین.

تـا دێـت گەردەلوولـی ئـەم ئازادییە لـە ڕۆژئـاوا کێشـە و مەینەتـی زیاتری لـێ دەکەوێـتەوە. بۆیـە تەنانەت خانمـە ئەمریکییەکان دانیان بـەوەدا نا کە ئەم ئازادییـە ڕووپۆشـێکە و مرۆڤـەکان و بەتایبەتـی ئافرەتـان دەکاتە کۆیلە.

تـرس و بیمـی ڕاسـتەقینەی ڕۆژئـاوا لـە سـاڵانی هەشـتاکانەوە بـە سـەرهەڵدانی ئایـدز دەسـتی پێکـرد.. یەکێکـی دیـش لـەو زیانانـەی ئازادیی سێکسـی ڕووبـەڕووی کۆمەڵگەی کـردەوە، پەیدابوونی مەترسـی نەخۆشـییە گـوازراوەکان بوو.. کـە بەهۆی پێکەوەژیانی ناشـەرعییەوە سـەریان هەڵدا و، لـە ئێسـتادا وڵاتانـی ڕۆژئـاوای بەخۆیـەوە سـەرقاڵ کـردووە.

زۆرن ئەوانـەی ژیانیـان بـە هـۆی نەخۆشـییە گوازراوەکانەوە لـێ تاڵ بووە و، تەنانـەت کەسـی وا هەیـە لـە ترسـی ئایـدز خـۆی کوشـتووە! لـە ئێسـتادا ملیۆنـان خەڵکـی ڕۆژئاوایـی لـەم گێـژاوەدا دەژین.

ئەگەر هەموو ئەمانە لەبەر چاو بگیردرێن، ئەوا تێدەگەین کە سەربەستیی سێکسی نە بۆ کوڕ و نە بۆ کچ هیچ سوودێکی نییە، بگرە مەترسییەکی گەورەیە بۆسەر ژیانی تاك و خێزان و کۆمەڵگەش.

لەلایەکـی دیکـەوە ئاکامەکانی ئـەم سەربەسـتییە زیاتر لە زیانـی خانمانە، چونکـە پیـاو دەتوانێـت دوای بەسـەر بردنـی ئـەو ژیانـەی ئـارەزووی لێبـووە دەسـتبەرداری ئافرەتەکـە ببێـت و بـڕوات، بـەڵام ئایـا ئافـرەت دەتوانێـت لـە کۆتاییـدا بێباکانـە خـۆی ڕزگار بـکات؟! لەڕاسـتیدا بچێتـە هـەر جێیەکـی کۆمەڵگـە لـە ژێـر فشـاری دەروونیـدا دەبێـت، هـەر بەچـاوی (ئافرەتێکـی خـراپ)ەوە لێـی دەڕوانـن، هەمـوو فەرامۆشکردنێکیشـی دارمانێکـی گـەورە دەبێـت بـۆ دەروونـی».

(جـۆرج هاملتـۆن)ی ئەکتـەری ئەمریکـی دەڵێـت:«ژن بـە دوای پیاوێکدا دەگەڕێـت کـە بـە ڕەفتـار بیسـەلمێنێت یـا پێـی بڵێـت: (مـن پیـاوم، خەمـت نەبێـت ئـاگاداری تـۆ دەبـم)»، واتـە دان بـەوەدا دەنێـت کـە خانمـان پـتر لـە ژیانێکـی ئـازاد، هیـوادارن لەگـەڵ پیاوێکـدا بژیـن کـە بەرپرسـیارییەتییان لـە ئەسـتۆ بگرێت.

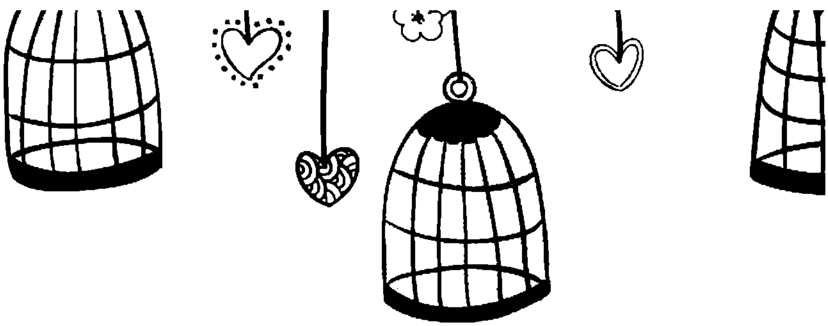
لەبـەر ئـەم هۆکارانـەی باسـمان کردن تـا دێت بایەخـی ئازادیی سێکسـی وردە وردە لـە ڕۆژئـاوادا کـەم دەبێتەوە.

لـە ئەمـڕۆدا بەهـای خێـزان، وەك سـەرچاوەی ئـەو خۆشەویسـتی و میهرەبانییـەی هەمـوان وێڵـن بەدوویـدا لـە زیادبووندایـە، بـە بۆچوونـی توێژەرەوانیـش: «ئـەو خێـزان و دایکایەتییەی لە حەفتاکاندا پشـتگوێ دەخرا و بەهـای بـۆ دانەدەنـرا، ئێسـتا هەمـوان بـە داخ و حەسرەتـەوەن بـۆی».

بـە پێـی لێکۆڵینەوەیـەك: (٦٠٪)ی خانمانـی ڕۆژئاوایـی لەهەر سـاتێکدا پیاوێکـی ڕاسـتگۆ بێتـە داوایـان، ئامـادەن هاوسـەرگیریی لەگـەڵ بکەن.

مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی، کـە بەندکردنی ئافرەتـان لە بازنـەی ئازادیی سێکسـیدا بەکارەسـات ناودەبـات، دەرخستەیەکی جوانی وتووە:

«ئەگـەر پیـاو لەپێنـاوی لەزەتێکـی هەشـت خولەکییـدا تووشـی کارێکـی خـراپ ببێـت، ئـەوا تەنهـا چەنـد لیرەیـەك زیانی لـێ دەکەوێت، بەڵام سـزای لەزەتێکـی هەشـت خولەکیـی ئافـرەت کۆڵێکـی قورسـی هەشـت مانگـی و، ئەرکی پەروەردە و بەخێوکردنی منداڵێکی بێ کەسـە بۆ ماوەی هەشـت سـاڵ! واتـە ئافرەت لـە خراپەکاریدا بە پیاو ناگاتـەوە، بەڵام تۆڵـەی خراپەکارییەکەی چەندیـن جـاری تۆڵە و سـزای پیاوە.



ئـەم ڕووداوانـە بەڵگەن لەسـەر ئـەوەی « ئافرەتـان» چەنـد بەدیهێنراوێکی پیـرۆزن و کانـگای ڕەوشـتە بەرزەکانـن. چونکـە دەتوانیـن بڵێـن ئافرەتـان توانـا و قابیلیەتـی خراپکارییـان بـۆ چەشـتنی تـام و لەزەتـی دنیـا نزیکـە هەر تێـدا نەبێـت. واتـە ئافرەتـان چەنـد بەدیهێنراوێکـی پـاك و پیـرۆزن، بـۆ ئـەوە بەدیهێـنراون تاکـو لـە چوارچێـوەی پـەروەردەی ئایینـی ئیسـلامدا ژیانێکـی خێزانیـی پـڕ بەختـەوەری بەسـەر ببـەن.

زانایەکـی ئەمریکیـش بـە نـاوی (واکسـلەر) هاوشـێوەی بۆچوونەکـەی مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی، دەڵێـت:

«هەمـوو پەرتووکـە ئاسـمانییەکان خێزانیـان لە نـاو دامـەزراوە پیرۆزەکاندا هەژمـار کـردووە، چەندیـن سـەدەش ئـەو مرۆڤانـەی ملکەچـی ئـەم پەیمانی هاوسـەرێتییە بـوون بـە ئاسـوودەیی ژیاون.

بـێ سـوودیی و خراپیـی ئازادیـی سێکسـی لـەو کەسـانەدا بـە ڕوونـی هەسـت پـێ دەکرێـت کـە بـە دڵشـکاوی و خەمبـاری ماونەتـەوە.

تەنهـا چـارە بـۆ ئەمـەش گـوێ ڕادێرانـە بـۆ پەیامـە ئاسـمانییەکان و بنیاتنانـەوەی خێزانـە».

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"ئەو کەسانەی پەیڕەویی (ئازادیی سێکسی)
دەکەن، بەو ئاژەڵانە دەچوێنم کە ئارەزووە جەستەییەکانیان بە ئاشکرا
بەتاڵدەکەنەوە.. بە ڕای من ئەمە کارەسات ڕووبەڕووی کۆمەڵگە دەکاتەوە".

شوله یوکسێل شێنلێر

"یەکێك لەو تایبەتمەندییە گرنگانەی مرۆڤ لە ئاژەڵ جیادەکاتەوە ئەوەیە
دامێنی دەپارێزێت".

د. ڕەیحان سۆنگار

"(ئازادیی سێکسی) ئازادی نییە، بەڵکو کۆیلایەتییە، چونکە ئەوانەی
بە ئاشکرا سێکس دەکەن، لە ژێر مەترسیی سەدان چاوی برسیی و
خیانەتکاردان".

تۆلین سۆمۆنجو ئۆغڵو

"خانمە موسوڵمانەکان بەختەوەرن، چونکە خەمی ئەوەیان نییە تووشی
ناپاکییەك ببن و ناچاربن خۆیانی لێ دەرباز بکەن".

ئامینە شێنلیك ئۆغڵو

"ئازادیی سێکسی ڕاستەقینە لەنێوان ژن و مێرددایە لە ماڵەکەی خۆیاندا،
چونکە ترسیان نییە و، حەڵاڵیشە بۆیان".

د. سێلڤیناز ئوسڵو

12

هەنگاوی دوانزەیەم

کارەساتی «پەیوەندییی نهێنی» لە خێزاندا و، کۆتاییەکی دڵتەزێن

ئەو هاوسەرانەی لە دەرەوەی سنووری خێزاندا (پەیوەندییی نهێنی) یان هەیە زۆر شتییان لەدەست دەدەن، سەرەتا ڕێز و شکۆی خۆیان، پاشان هاوسەر و منداڵەکانیان...
زۆرن ئەوانەی لەم پێناوەدا پیشە و کەسایەتی و تەنانەت گیانی خۆشیان داناوە.

پ. د. سەفا سەیگوڵا

من بۆخۆم لە نزیکەوە شاهیدی کارەساتێکی (پەیوەندییی نهێنی) بووم.
یەکێک لە دەوڵەمەندە ڕێزدارەکانی ناسیاومان ڕووبەڕووی هەندێک قسەوقسەڵۆك بووەوە، تەنانەت لە کۆتاییدا ناچاربوو خێزان و منداڵەکانی جێ بهێڵێت.

ئەو خانمەی لە ڕێی ئەو پەیوەندییەوە هاتە ژیانییەوە، بەڵایەکی وای بەسەر هێنا کە لەماوەی تەنها یەك ساڵدا گشت سەروەت و سامانەکەی لەدەست دا و، چووە خانوویەکی کرێوە.. پاشان وەك کەسێکی ئاوارە و بێدەرەتان فەرامۆش کرا و، بە تاقی تەنیا مایەوە، ئاخر ئەو ڕێگەیەکی گرتبووە بەر کە گەڕانەوە لێی نەبوو.. بێگومان هاوسەرە کۆنەکەی و منداڵەکانیشی قبوڵیان نەکردەوە.

ڕۆژێـك ئـەم دەوڵەمەنـدە خانەخوێـیەم لـە بـازاڕی کرێـکاران بینـی کـە خاکەنازێکـی بەدەسـتەوە بـوو و چاوەڕوانـی ئـەوە بوو یەکێ بێـت و کارێکی پێ بـدات..

بـەم دیمەنـەی ناخـم گـڕی تێبەربـوو! بەڕاسـتی ئەمـە نموونەیەکـی زۆر پەندئامێـزی بـێ وەفاییـە لـە ئاسـت خێـزان و هاوسـەردا.

سـەرەتا ویسـتم خـۆم بەهەڵـەدا بـەرم و خێرا لـەوێ تێپەڕم، بـەڵام ئەو منی بینی و بانگـی کردم:

«مامۆستا!»

منیـش گەڕامـەوە لای و تونـد دەسـتیم گوشـی. دیـار بـوو ئـەو هێنـدە شـەرمەزار بـوو خواخـوای بـوو ئـەرز کـون ببێـت و ئـەم هـەڵ لووشـێت.

بـە چـاوە پـڕ فرمێسـکەکانی ئاماژەیەکـی بـۆ ئـەو کرێکارانە کرد کـە لەوێ وەسـتابوون و وتی:

«ئەبینـن مامۆسـتا! سـاڵانێك مـن کارم بـەم کەسـانە ئـەدا و سـکیانم تێـر ئەکـرد، بـەڵام ئێسـتا لەگـەڵ ئەوانـدا چاولەڕێـی پـارووە نانێکـم».

بـە پشتەدەسـتی فرمێسـکەکانی سـەر ڕوومەتەکانـی سـڕی و چـاوە پـڕ فرمێسـکەکانی لـە چاوانـم بـڕی و بـە دەنگێکـی کـز و ماتـەوە وتـی:

«مامۆسـتا! دادپەروەریـی خـوا زۆر مەزنـە، من شـایەنی زۆر لەمـە زیاترم، زۆر...

وامدەزانی دەسـتی دەوڵەمەندی و پارە و سـامان بە هەموو شـتێك ئەگات، لەبـەر ئەمـە ژنەکـەم -کە هەموو شـتێکم بوو- لەگـەڵ منداڵەکانمدا جێهێشـت و، دەسـتم دایـە هەڵەیـەك کـە خـوا قەدەغـەی کردبـوو، پەروەردگاریـش کارەکـەی تـا دادگایی دواڕۆژ پەکنەخسـت و، هـەر لەم دونیایەوە سـزای منی دەسـت پێکرد.

زۆر خەمبـارم، زۆر خەتابـارم، زۆریـش بێچـارەم، بـەڵام هـۆی سـەرەکی خەمباریـی مـن داماویـم نییـە، پـەژارەی من بۆ ئـەو هەڵەیەیـە کـە بەرامبەر بە باشـترین و پاکتریـن دڵی ئـەم دونیایە کردم کـە خێزانەکەمە و، ئـەو تاوانانەش کـە دەرهـەق بـە منداڵەکانم کردمن، خەمبار و شـەرمەزاربوونی ئـەوان بەهۆی باوکێکـی وەك منـەوە لەنـاوم دەبـات، تەنهـا دەرد و ئازاری مـن ئەمەیە».

زۆر لەسەر ئەم حاڵەی نەمایەوە، ئەو پیاوەی بە دەوڵەمەندی ناسرابوو و، کاری بە خەڵك دەدا، ڕۆژێك کە لە مەیدانی کرێکاران دەبێت بۆ نان پەیدا کردن سەکتە لێی دەدات و دەمرێت...

ئەم ڕووداوە وەك بەڵگەیەك لە بەرامبەر بێ وەفایی بەرامبەر خێزاندا دەماودەم لە نێو خەڵکدا دەگوازرێتەوە.

پێویستە ژن و پیاو ئەو بەرپرسیاریەتیانەی لە ژیانی هاوسەریدا دەکەوێتە سەر شانیان بە جوانی و پوختی هەڵبگرن و، دڵسۆزی و بەوەفاییان لە ئاستێکی شیاودا بێت.

پێویستە دڵسۆزی و هەستی بەرپرسیاریەتی هەر لەکاتی دەستگیرانداریەوە لەلایەن هەردوو لاوە دەست پێبکات. گەر لە ئایینە پیرۆزەکەمان یاخود دابونەریت یان هەر یاسایەك بڕوانین، دەبینین ئەرك و بەرپرسیاریەتییەکانی ژن و مێردیان زۆر بە ڕوونی و بێ هیچ گومانێك خستووەتە ڕوو. دەبێت هاوسەرەکان هەر لە قۆناغی دەستگیرانداریانەوە فێری لە ئەستۆگرتنی ئەم بەرپرسیاریەتیسانەیان بین، چونکە گرنگترین بنەمای خۆشبەختی خێزان هەستی بەرپرسیاریەتی و متمانە و ڕاستگۆییە، گەر هاوسەرەکان پەیوەست نەبن بە یەکتری و خێزانەکانیشیانەوە، ئەوا ئەستەمە ئاسوودەییەکی درێژخایەن باڵ بەسەر ماڵەکەیاندا بکێشێت.

هەندێك کەس هەن فیداکاری بەرامبەر کەسانی دیکە دەنوێنن و بەرپرسیاریەتیی خەڵکی تر لەئەستۆ دەگرن، کەچی لە هەمبەر هاوسەرەکانیاندا بەو شێوەیە نین، تەنانەت ڕەنگە هەست بە بەرپرسیاربوونیشیان نەکەن.

پێویستە ژن و مێرد بزانن ئەگەر ئەو ڕێز و دڵسۆزییەی لە بەرامبەر کەسانی دیکەدا دەینوێنن، بۆ یەکدیشی بنوێنن، ئەوا ژیانی خێزانییان زۆر زۆر درێژخایەن دەبێت و لە شەڕ و شۆڕ ڕزگاریان دەبێت.

> **"بێ شەرمی و بێ ڕەوشتی هەم خێزانەکانمان لەناو دەبات، هەم کلتووریشمان دەشێوێنێت. خێزان گەورەترین پەناگەی مرۆڤە.**
>
> بەڵقیس ئەکالە

ئـەو کارەسـاتەی ڕووبـەڕووی کەسـێك دەبێتـەوە کـە لەگـەڵ خێزانەکەیدا ڕاسـتگۆ نەبـووە و پەیوەندییی نهێنیی لە پشـتیانەوە هەبـووە، تەنها کاریگەریی لەسـەر خـۆی نابێـت بەڵکـو هاوسـەر و منداڵـەکان و خزم و کەس و گشـت ژیانـی دەگرێتـەوە و، داهاتووی لەکـەدار دەکات.

لـە کاتێکـدا چەندیـن نموونەی پـڕ ئێش و ئازارمـان لەبەر چاوە سـەبارەت بـەم جـۆرە پەیوەندییە ناشـەرعییە کەچی هێشـتاش کەسـانێك هـەن گیرۆدەی بوون.

باشە بۆچی مرۆڤەکان فێڵ لە هاوسەرەکانیان دەکەن؟ ئایا بۆ تێرکردنی حەز و ئارەزووە کاتییەکانیانە؟

حـەز یان خۆشـی جیـاوازە لە ئاسـوودەیی، حـەز کورتخایەنـە و هەر زوو کاریگەرییەکـەی نامێنێـت، بـەڵام کاریگەریی ئاسـوودەیی درێژخایەنە.

حـەز بـۆ تێرکردنی نەفسـە، بـە دەسـتەواژەی دەروونناسـی خودپەرسـتییە، بەڵام ئاسـوودەیی لە هەسـتی هەمیشـە ڕازیبوونـەوە سـەرچاوە دەگرێت، واتە خۆشـنوودیی بەتەواوی بەسـەر خۆپەرسـتیدا زاڵە.

ئاسـوودەیی هەسـتێکی زۆر قووڵـە و کاریگەرییەکـەی لـە ناخـدا بـۆ ماوەیەکـی زۆر دەمێنێتـەوە، کەسـی ئاسـوودە خۆشـحاڵ و بەختـەوەرە.

لـە پەیوەندییە نهێنییەکانـدا تەنها حەز بوونی هەیە و، بەرپرسـیارییەتی هەر جێـی باسـیش نییە. لـە ژیانـی هاوسـەرداریدا زۆر گرفت و بەرپرسـیارییەتی هاوبـەش هەن کە هاوسـەرەکان پێویسـتە بەیەکـەوە بیریان لێ بکەنـەوە، بەڵام لـە پەیوەندییـە نهێنییەکانـدا دوو کەسـەکە ژیانێکی دوور لە بەرپرسـیارییەتی و نمایشـکردنی لایەنـە باشـەکانی خۆیان بۆ یەکـتری دەگوزەرێنن.

بۆچی هاوسەرەکان یەکتری فریو دەدەن و چۆن دەتوانین پێش بەمە بگرین؟

١- هاوسـەرەکان بـەر لـەوەی بەباشـی یـەك بناسـن هاوسـەرگیرییان کـردووە، بۆیـە پێویسـتە لـە کاتـی دەسـتگیرانداریدا بـە شـێوەیەکی شـەرعی خـوو و ڕەوشـت و هەڵسـوکەوتی یەکـتری هەڵبسـەنگێنن.

٢- لـە نێـوان ئەو هاوسـەرانەی کە کات بـۆ یەکتری تەرخـان ناکەن پچڕان

و ساردوسڕی هەیە، بۆیە پێویستە بەر لەوەی ئەم لەیەکدووریە سەر بۆ کێشەی تر بکێشێت، زۆر بە زوویی چارەسەر بکرێت و هاوسەرەکان کاتی زیاتر بۆ یەکتری تەرخان بکەن.

٣- ئەو ژنەی دەزانێت مێردەکەی لە شوێنی کارەکەی هاوکاری ئافرەتی جوان و ڕازاوە و بۆنخۆشی هەیە، پێویستە هەردەم لەگەڵ هاوسەرەکەیدا ڕووخۆش بێت و خۆی لێ نزیك بکاتەوە، تا بوار نەدات بەهیچ شێوەیەك مێردەکەی شەیدا یا سەرسامی ئەو خانمانە بێت.

ئەو پیاوەی بە گەڕانەوەی بۆماڵەوە ژنەکەی بە ڕوویەکی خۆشەوە بەخێرهاتنەوەی لێ دەکات و بە تایبەت خۆی بۆ دەڕازێنێتەوە زۆر خۆشحاڵ دەبێت و، هەموو ڕۆژێك ئارەزوو دەکات زووتر بگەڕێتەوە بۆ ماڵ.

٤- مەرجە پیاو لە کاتی خۆی بۆ ژنەکەی تەرخان بکات و، چەندی لە توانادا بوو زوو بگەڕێتەوە بۆ ماڵ و، هەوڵ بدات هەموو ڕۆژانێکی پشوو لەگەڵ خێزانەکەیدا بەسەر بەرێت.

٥- شەڕ و ئاژاوە و کێشە چارەسەرنەکراوەکان ڕۆڵێکی بەرچاویان هەیە بۆ پەنا بردنی یەکێك لە هاوسەران بۆ پەیوەندیی ناشەرعی، بۆیە پێویستە هاوسەرەکان بەرپرسیارێتیەکان بەهاوبەشی بگرنە ئەستۆ و هەوڵی زیاتر بدەن بۆ بەڕێوەبردنی ژیانیان.

٦- پێویستە هاوسەر بزانێت ئەو تایبەتمەندییەی لە کەسانی دیکەدا بە سەرنجڕاکێشی دەزانێت لە هاوسەرەکەی خۆشیدا هەیە و، بگرە چەندەها تایبەتمەندی لە کەسانی دیکە زیاتریشی هەیە، بۆ پەی بردن بەمەش پێویستە ژن و مێرد پەیوەندییەکی باشیان هەبێت و پاریزگاری لە ڕێز و خۆشەویستیی نێوانیان بکەن.

٧- نابێت ژن یا مێرد یەکتری لەگەڵ خەڵکدا بەراورد بکەن، چونکە تایبەتمەندیی هەر کەسێك لە کەسێکی دیکە جیاوازە، بۆیە پێویستە هەر یەکەیان هەوڵ بدات ڕووە جوانەکانی هاوسەرەکەی خۆی ببینێت و ژیانیانی پێ ئاسوودە بکات.

٨- پێویستە خەرجیی هەر یەك لە ژن و مێرد بەدیار چاوی یەکترییەوە ئاشکرا بن و هیچ شتێکی جێی گومان جێنەهێڵن، خەرجییە شارەوە و

نهێنییەکان هەستی بێ متمانەیی و ئیرەیی پێ بردن دروست دەکەن.

نابێت ڕاستگۆیی و ناموس و سەربەرزیی خێزان ببینە فیدای هیچ شتێك و، بچووکترین گومانیش کاریان تێ بکات. هاوسەرەکان تا ئەو ئەندازەیەی لەگەڵ یەکدا ڕاستگۆ و کراوە بن خێزانێکی ئاسوودە و کامەرانیان دەبێت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

" کاتێك پەیامەکانی نوورم خوێندەوە ژیانم گۆڕانی بەسەرداهات. پێویستە هەموو کچێکی گەنج و هەموو خانمێك ئەم پەرتووکانە بخوێنێتەوە، ئەو کات خۆشییەکی ئەفسوونی دڵ و ماڵیشی دادەگرێت".

شولێ یوکسێل شێنلەر

"ژینی خێزانی بەهەشتی دونیای مرۆڤەکانە. دەستەبەرکردنی هەموو شتێك مەرج نییە، بەڵکو گرنگ ئەوەیە خێزانێکی ئاسوودە بێت و ژن و مێردەکە متمانەیان بەیەك بێت".

هامییەت یوجێسێس

13

هەنگاوی سیانزەیەم

بنەما سەرەکییەکانی خێزان کامانەن؟

«ژیانی خێزان، چەندە ئەو بنەمایانەی لەسەری پێکدێت پتەو و بەهێز بێت، ئەوەندە درێژخایەن دەبێت، گرنگترینی بنەماکانیش یەکێتی دڵ و دەروونە».

پرۆفیسۆر و دکتۆر موستەفا ئۆزسۆی

پرۆفیسۆر و دکتۆر (موستەفا ئۆزسۆی) لە دیدارێکدا هۆشداری دەداتە یەکێك لە قوتابیەکانی کە کێشەی خێزانیی هەیە و، دەڵێت:

«ئێوە هاوسەرێتی بە چی تێگەیشتوون؟! بە ڕای ئێوە هاوسەرگیری وەك پشوویەك وایە کە گشت ئەرکەکانی بەرامبەرەکەتان ئەنجامیان بدات؟ یاخود وەك فیلمێکی خەیاڵاوی سینەما وایە؟ یان خەونێکە لە خۆشترین خەونەکان؟

چاوتان بکەنەوە، هاوسەرگیری خەون و خەیاڵ نییە، بەڵکو کرۆك، بگرە خودی ژیانە، تەمەنێکە کە خۆشی و ناخۆشی پێکەوە گرێداوە...

چەندێك هاوسەرداریتان لا سانا و ساکار بێت، ئەوەندە ژیانێکی هاوسەریی کورت و لاوازتان دەبێت، بە پێچەوانەشەوە چەندێك لاتان بەبایەخ و گرنگ بێت و لەسەر بنچینەی پتەو پێکی بهێنن، ئەوەندە ژیانێکی درێژخایەنتان دەبێت.

ئەوانەی بە چاوی حەز و ئارەزووەکانی گەنجێتییەوە لە هاوسەرداری

دەڕوانن، ئەوا هەرگیز بە چێژ و خۆشییەکانی خێزانداری ناگەن، بەڵام ئەوانەی ژیانی هاوسەرداری بە هاوبەشیی دونیا و دوارۆژ دەبینن، ئەوا دەتوانن لانەی خێزانییان بکەنە باخێك لە باخەکانی بەهەشت».

هەروەك مامۆستای بەڕێزم ئاماژەی پێکرد، هاوسەرداری بناغەی ژیانە و، چەندێك بەهێز و پتەو بێت، ئەوەندە ئاسوودەیی و خۆشگوزەرانی باڵی بەسەردا دەکێشێت.

بنەما بنچینەییەکانی هاوسەداری:

هاوسەرداری، دامەزراوەیەکی پیرۆزە کە لە سەرچاوەیەکی ئیلاهییەوە بناغەی بۆ دانراوە. ئەمەش نیوەی پیاو و نیوەشی ژن پێکیدەهێنێت، جوانی و قەشەنگی و خۆشی ئەم لانەیەش منداڵە. داپیرە و باپیرەش گەورەی خێزانن و وەك مامۆستای چاودێری ئەم لانەیەن.

پێکهاتەی گشتیی خێزانی موسوڵمان لەسەر چەند بنەمایەکی دیاریکراو پێکهاتووە، دەکرێت بەم شێوەیە بیخەینە بەردەست:

١- پێویستە ژیانی هاوسەرداری وەك پەیڕەویی فەرمانێکی خودا بڕوات بەڕێوە، واتە دەبێت خێزان وەك دامەزراوەیەکی هەتاهەتایی و ژیانێکی هاوبەشی بەردەوام تا دوارۆژیش تەماشای بکرێت، نەك تەنها وەك قۆناغەژیانێکی فانیی دونیایی.

٢- پێویستە یەکێتیی دڵ و دەروون لە خێزاندا بنەمایەکی سەرەکی بێت و، ڕەوشت و باوەڕ لە پێش هەموو شتێکەوە بن، چونکە خێزان یەکەم وێستگەی پەروەردەکردنی منداڵە، جا ئەگەر پەروەردەی ئەم دامەزراوەیە بە ڕەوشتبەرزی دەورە درابێت، ئەوا مرۆڤی نیشتمانپەروەری سوودبەخش لە کۆمەڵگەدا بەرهەم دێن.

٣- خۆشەویستی و متمانە بناغەیەکی پتەوی خێزانن، چونکە زامنی گەیاندنی کێشەکانی خێزانن بە نزمترین ئاست، بەوپێیەی کلیلی چارەسەری زۆرێك لە کێشەکانن.

هۆکاری بە مەرج دانانی متمانە و خۆشەویستیش ئەوەیە هاوسەرەکان وەك هاوەڵی دونیا و دوارۆژ لە یەکتری بڕوانن، چونکە هاوەڵێتیی

دونیا کورتخایەنە و دەبڕێتەوە، بەڵام هاوەڵێتیی دوارۆژ پتەوە و بۆ هەتا هەتا دەمێنێتەوە.

پێغەمبەرمان (د.خ) دەفەرمووێت:
ئارامگرتن و پاڕانەوە، جوانترین چەکی دەستی باوەڕدارن.

٤- ژن و مێرد لەهەر بارودۆخێکدا بن، پێویستە هاوکار و تەواوکەری یەکدی بن.

واتە بە پشتگیریی خزم و کەس لە بەربەرەکانێیان لەگەڵ ژیاندا وەك یەك جەستە و یەك دڵ و یەك مێشك هەڵسوکەوت بکەن، چونکە سەقامگیریی لانەی خێزان بەرپرسیارێتییەکی هێندە گرانە کە بە تەنها یەك کەس لە ئەستۆ ناگیرێت.

٥- پێویستە ژن و مێرد لە هاوکاریکردنی یەکتری لە خەرجیی خێزاندا زۆر هەستیار بن.

ئەگەر هەردووکیان کاریان کرد، ئەوا دەبێت پێکەوە بەرنامە بۆ پاشەکەوت کردن دابڕێژن و پێکەوەش خەرجییەکان دابین بکەن؛ بەڵام ئەگەر یەکێکیان کاری کرد، ئەوا دەبێت ئەوی دیکەیان باش دەستی پێوە بگرێت و زیادەخەرجی نەکات، چونکە ئەگەر بیروڕایان لەسەر خەرجی یەکنەخەن، ئەوا هیچ پارەیەك بەشی پێویستییەکانی ماڵەکەیان ناکات.

٦- پێویستە بەهەموو شێوەیەك توانا ماددییەکانیان یەکبخەن و هەوڵ بدەن خانوویەك بۆخۆیان بکڕن و، لە کرێنشینی دەربازبن.

کرێنشینی یەکێکە لەو هۆکارانەی کاریگەریی خراپی لەسەر ئاسوودەیی ماڵ و بواری دارایی خێزان هەیە، پێویستە تێڕوانینی: «گەرچی سادەش بێت، بەڵام هی خۆمان بێت»تان لا پەسەند بێت، چونکە بەشێکی کێشەکانی خێزان لە کرێنشینییەوە سەر هەڵ دەدات.

٧- پێویستە ڕێز و بەهایەکی تایبەت بۆ کەسانی بەتەمەن و گەورەکانی بنەماڵەکەتان و خزم و کەسەکانتان دابنێن.

زۆر بە باشی هەڵسوکەت لەگەڵ خزموکەسە ڕیسپی و بەساڵاچووەکانتاندا بکەن و، سوود لە ئەزموون و ئامۆژگاریی ئەوان ببینن.

پێویستە ئەوە بزانن کە سەرگەورەکانی بنەماڵە خاوەن ئەزموونی ژیانن،

لەبەر ئەوە نابێت هەرگیز نێوانتان لەگەڵیاندا تێکبچێت.

دەبێت پەیوەندییەکی باشتان لەگەڵ خزم و کەسوکارتاندا هەبێت و، بە هیچ جۆرێك لەبەرچاوی منداڵەکانتاندا بە خراپە باسیان نەکەن، چونکە ئەمە بۆ گەشەسەندنی هەستی خزمایەتی و دۆستایەتی منداڵەکان زۆر پێویستە.

٨- پێویستە ژن و مێرد زۆر باش خۆیان بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانیان ئامادە بکەن. واتە پێویستە بە شێوەیەکی زانستی و ئەزموونکراو پەروەردەیان بکەن، نەك بێباکانە و نەزانانە، لەم بابەتەشدا هەرگیز نابێت ئەزموونی کەسانی بەتەمەنی بنەماڵەی هەردوولاتان لە یاد بکەن.

مرۆڤێك تا ئەو ساتەی دایکی هەروەك منداڵێك بە دەوریدا بێت و وەك منداڵ ڕەفتاری لەگەڵ بکات هەرگیز پێناگات.

دۆرۆسی بۆلارد

٩- پێویستە لە خێزاندا ڕێگە بۆ هیوایەت و حەز و خولیا ڕێپێدراوەکان واڵا بن و، هەر بەربەستێکیش لەم ڕووەوە هەبێت لاببرێت.

زۆر گرنگە لە پەیوەندیی نێوان هاوسەرەکاندا پێداویستییە سێکسییەکان دابین بکرێن و ئارەزووەکان بەتاڵ بکرێنەوە، چونکە گەر کێشەیەکی نهێنی هەبێت ئەوا هاوسەنگیی پەیوەندی سێکسیی نێوانیان تێکدەدات و زیان بەو لایەنەیان دەگەیەنێت.

بە پێی لێکۆڵینەوەکان (٦٠٪)ی کێشە دەروونییە سێکسییەکان سەرچاوەیان دەگەڕێتەوە بۆ کێشەکانی ناو خێزانەکە و کەمبوونەوەی متمانەی نێوان هاوسەرەکان، کەواتە چارەسەرکردنی کێشەکانی پەیوەندیی سێکسییان پەیوەستە بە چارەسەرکردنی کێشەکانی دیکەی ناو خێزانەکەیانەوە. زۆر کات لەگەڵ چارەبوونی ئەو گرفتانە، کێشەکانی پەیوەندیی سێکسیش خۆیان نامێنن.

بۆ پێکهێنانی خێزانێکی ئاسوودە و خۆشحاڵ پێویستە هەردوو هاوسەرەکە لە ڕووی سێکسییەوە گازەندەیان نەمێنێت و، پێویستییەکانیان دابینبکرێت و، ئارەزووەکانیان بەتاڵ بکرێنەوە.

١٠- دەبێت ژن و مێرد ڕوون و ئاشکرا بن لەگەڵ یەکدا و، نابێت هیچ شتێك لەیەکتری بشارنەوە، بەواتایەکی دیکە: پێویستە پەیوەندیی نێوانیان

بـە ڕێکوپێکـی بەڕێوەبچێت.

بەهەندوەرگرتنـی بیـر و هەسـتی تاکەکانـی خێـزان و، لەیەکتێگەیشـتن و هاوخەمبـوون لە کێشـە و ئازار و ناخۆشـیی یەکتری گرنگییەگـی لەڕادەبەدەری هەیـە، بـەڵام هەڵسـوکەتی وەك بێدەنگـی و گۆشـەگیری و دەرنەبڕینـی پێویسـتییەکان و شەرفرۆشـتن و بۆڵەبـۆڵ کـردن و فەرمانکـردن کاریگـەری لەسـەر پەیوەنـدی و کامەرانیـی هاوسـەرەکان دەبێـت، چونکـە بـۆ دابینکردنی پێداویسـتییەکانی یەکـتر پێویسـتە لەگـەڵ یـەك کـراوە و ڕاسـتبێژ بـن.

١١- پێویستە بەها مەعنەوییەکان بە زیندوویی ڕابگیردرێن لە خێزاندا.

بەرزڕاگرتنـی لایەنـە مەعنەوییـەکان لـە ژیانـی منداڵەکانـدا زۆر گرنگـە، لەبەرئەمـە ئـەو پەرسـتش و نـزا و پاڕانەوانـەی پێکـەوە دەکرێـن و، بەیەکـەوە پێشـوازیکردن لـە جەژنەکان کۆمەڵێك هەلن کە پێویسـتە لەدەسـت دەرنەچن.

بەڕاسـتی بوونـی یـەك هەسـت و یـەك بـاوەڕ لـە گشـت تاکەکانـی خێزانـدا و، ئـەو بەرگـی خۆشـیی و کامەرانییـەی خێـزان لـە بۆنـە ئایینیەکاندا دەیپۆشـێت پەیوەنـدی و یەکڕیزیـی خێزانەکـە پتەوتـر دەکات.

١٢- پێویستە ئەندامانی خێزان جارجارە پێکەوە بچنە گەشت و سەیران و لە چالاکییە هونەری و کۆمەڵایەتی و ڕۆشنبیرییەکانی وەك سینەما و هەندێ کۆڕو کۆبوونەوەدا بەشدار بن.

> **بەختیارە ئەو ڕۆڵەیەی لەکاتی نەخۆشکەوتنی دایك و باوك و داپیرەو باپیرەیدا دڵە نەرمەکەی ئەوان ڕازیدەکات و، نزا پڕ خێرو بەرەکەتەکانیان بەدەست دەهێنێت.**
>
> بەدیعوززەمان سەعیدی نوورسی

چەنـد ژن و مێـرد ژیانـی کۆمەڵایەتییـان پێکـەوە بێـت هێنـدەش زیاتـر لەیـەك نزیك دەبنـەوە و، هاوڕێیەتـی و دۆسـتایەتیی نێوانیـان بەهێزتر دەبێـت. بـۆ ئەمـەش دەتوانن زۆر کار پێکـەوە بکـەن، بـۆ نموونـە: (دەتوانـن پێکـەوە بچنە کـۆڕ و کۆبوونـەوەکان، یاخـود بچنـە بـازاڕ، یان پیاسـەیەك بکـەن، یان بەشـداری ئاهەنگـەکان بن، یا لـە جێیـەك نانێـك بخـۆن.. گـەر فیلمێکی گونجـاو هەبـوو دەکرێـت پێکەوە

بچنه سینەما و تەماشای بکەن، دەتوانن لە فیستیڤاڵەکاندا بەشدار بن)، بەتایبەت ئەو ژنانەی زۆر لەماڵەوە دەمێننەوە پێویستیان بەم چالاکیانە هەیە.

ئەو چالاکیانەی لە دەرەوەی ماڵ ئەنجام دەدرێن گرنگییەکی زۆریان بۆ منداڵەکان هەیە، چونکە ئەوان بەگشتی ئەو یاری و سەیرانانەی لەگەڵ دایك و باوکیاندا دەیکەن و، ئەو گەشتانەی بۆ سینەما و مۆزەخانەکان دەیکەن زۆریان پێخۆشە.

۱۳- پێویستە ژن و مێرد متمانەیان بەیەك هەبێت و، هەر یەکەیان بۆ خۆی لە کار و پیشە و ژیانی تایبەتیشیدا بە ئاسوودەیی هەڵسوکەوت بکات. خۆ ئەگەر وەك سێبەر چاودێریی یەکتری بکەن، ئەوا گیروگرفتی زۆر دێتە ئاراوە.

> **لە هەڵەکانی ئەندامانی خێزانەکەت خۆش ببە، چونکە بەمە گەورە دەبیت، بەڵام لە هەڵەکانی خۆت خۆش مەبە، چونکە بەمە بچووك دەبیتەوە.**
>
> د. عومەر سامی بالجی

هەر بەپێی بنەمای «پێویستە ژن و مێرد بەرپرسیاریەتی و ئەرکی سەرشانیان لەیاد نەکەن»، دەبێت بە ڕێژەیەکی دیاریکراویش سەربەست بن، گەر وا نەبێت ئەوا ناتوانن تواناکانیان بەتەواوی دەربخەن و برەویان پێ بدەن.

۱٤- پێویستە هەر یەك لە ئەندامانی خێزان لە ڕاپەڕاندنی کارەکانی ماڵەوەدا ڕۆڵیان هەبێت.

بە ئەندازەی گرنگیی هاوکاریکردنی یەکتریی دایك و باوك لە کارەکانی ماڵەوەدا، دیاریکردنی چەند ئەرکێکیش بۆ منداڵەکان گرنگە.

چەند زووتر بەرپرسیاریەتی لە کارەکانی ماڵەوەدا بخرێتە ئەستۆی منداڵەکان، هەستی بەرپرسیاریەتیش ئەوەندە زووتر لەناخیاندا گەشە دەکات.

واتە پێویستە بەرپرسیارییەتیی وەك ڕێکخستنی مێزی نانخواردن و جێی نووستنەکانی خۆیان بە منداڵەکان بسپێردرێت تا لەسەر لەئەستۆگرتنی بەرپرسیاریەتی ڕابێن و، بە پێی تەمەن و گەورەبوونیشیان ئەرکەکانیان زیادبکرێت.

لە ژیانی هاوسەرداریدا چەندێك ڕێسای گونجاو دابڕێژرێت و پیادە بکرێت، بەو ئەندازەیە ئەو خێزانە ژیانێکی ڕێکوپێك و هاوسەنگیان دەبێت.

14

هەنگاوی چواردەیەم

یادەوەرییەکی دڵتەزێن!

ئـەو یەکێـك بوو لە دۆسـتە زۆر خۆشەویسـتەکانم، هەرچەنـدە بەتەمەن لە مـن بچووکتر بـوو بەڵام ماوەیەك لەسـەر یەك ڕەحلەی قوتابخە دادەنیشـتین.. جـا لەبـەر تەمەنـی بوو یـان لەبەر بەڕێـزی بوو منی بـە «کاکە» بانـگ دەکرد.

زۆری نەبـرد لەگـەڵ ئـەم هـاوڕێ زیـرەك و بەڕەوشـت و لێبوردەیەمـدا جیابووینـەوە.

دواتـر بیسـتم ئـەم هاوەڵـەم لەگـەڵ هاوەڵێکـی دیکەمانـدا زەماوەنـدی کـردووە، مـن هیچم لە بـارەی چۆنیەتی ژیانیانـەوە نەدەزانی، بـەڵام ئاگاداری ئەوە بـووم کـە کوڕێکـی دە ساڵانیان هەیـە و لـە گوندێکـدا هەردووکیـان بوونەتـە مامۆسـتا.

نزیکـەی دوازدە سـێزە سـاڵ بەسـەر دوا دیدارمانـدا تێپەڕیـوو.. لـەم ماوەیەشـدا چەنـد جارێـك بـە تەلەفـۆن قسـەمان کـرد و، هەمـوو جارێـك بانگهێشـتی دەکـردم تـا بچـم بـۆ سـەردانیان.

بەهـۆی ئەوەی هەردووکیـان لەیەك خوێندگە مامۆسـتا بـوون هەلی ئەوەم هەبـوو هـەر کاتێـك بـڕۆم چـاوم بـە هەردووکیـان بکەوێـت، بۆیـە هاوینێك چـووم بـۆ سـەردانیان، بـەڵام لەبەر ئـەوەی من لە شـارێکی دیکـە کارم دەکرد ڕێگەیەکـی دووورودرێـژم لەبـەر بوو تـا ئەوێ.

ئـەوان لـە گوندێکـی دڵڕفێن و بە سـەوزایی داپۆشراوی سـەر بە شـارێکی بچووکـی ئەنادۆڵـدا مامۆسـتا بـوون و، تەنهـا یەك منداڵیـان هەبـوو، گومانم



دەبـرد ئـەم دوو کەسـە خوێنـدەوارە بەو بوارانـەی بۆیان ڕەخسـابوو لانەیەکی ئاسـوودەیان هەبێـت، چونکە لە خانـووی قوتابخانەکـەدا دەژیـان و پەیوەندیشـیان لەگـەڵ گوندنشـینەکاندا باشـبوو و، ئۆتۆمبێلیـان هەبـوو و بـاری داراییشیان زۆر باش بوو.

بەڵام لە واقیعدا وەك ڕوواڵەتەکە دەرنەچوون...

کاتێـك هاوڕێکـەم منـی دی زۆر دڵخۆش بـوو، یەکتریمان بـە حەسرەتـی چەنـد سـاڵەوە لـە ئامێـز گـرت، تەنانـەت فرێسکەکانیشـمان لـەم خۆشـییەدا بەشـداربوون.

چوونـە ماڵـەوە و، هاوسـەرەکەی -کـە بـە منداڵـی وەك هاوڕێکـەم لـە هەمـان خوێندگـە و لەهەمـان پۆلـی ئێمـە بـوو- هـات و بـە دەنگێکـی تاڕادەیـەك سـارد و سـڕەوە بەخێرهاتنێکـی کـردم و، حـاڵ و ئەحواڵێکـی پرسـیم و، دواتـر چـووە چێشـتخانە.

بەمە کەمێك مەراق کەوتە مێشکم...

چاوەڕوانـی پێشـوازییەکی گەرموگوڕتـر بـووم، چونکـە هاوەڵێکـی زۆر خۆشەویسـتیی هاوسـەرەکەی بـووم و ساڵانێکیشـمان لـە قوتابخانـە لەیـەك پۆلـدا بەڕێکردبـوو، بـەڵام لـە بەخێرهاتنەکەیەوە هەسـتم بـە کاردانـەوەی ئەم پەیوەندییەمـان نەکـرد.

لـە دڵـی خۆمـدا وتـم: یـا بەهـۆی شـتێکەوە کـە لێـی ئـاگادار نیـم لە من ڕەنجـاوە، یـان ئەوەتا لەپشـت پـەردەی ئاسـوودەیی ئـەم لانەیەدا ناسـازییەك خۆی حەشـارداوە.

ڕۆژی سێشـەممە بـوو، تەلەفزیۆنـی ژوورەکـەش هەڵکـرا بوو، سـەرەڕای ئـەوەی هاویـن بـوو بەڵام ئـەوێ کەشـێکی فێنکـی هەبوو.

بـۆ ماوەیـەك ژن و مێـرد هەردووکیـان لـە چێشـتخانە مانـەوە و، منیـش بـە دوای گرێکوێـرەی ئـەم کێشـەیەدا وێڵبـووم و، بیـری خـۆم گەڕخسـت بۆ سـەردەرکردن لـە هـۆی ئـەم هەڵوێسـتەی خێزانـی هاوڕێکـەم.

زۆری نەبـرد و دەنگـی مشـتومڕیان گەیشـتە هۆڵەکـە، منیـش بـۆ ئـەوەی شـەرمەزاری لای یەکـتر نەبیـن دەنگـی تەلەفزیۆنەکـەم زیـاد کـرد، کەچـی

هێشتا بە ئاسانی لە قسەکانیان دەگەیشتم.

خانمی ماڵ بە دەنگێکی بەرز و وشەی ڕەقەوە قسەی دەکرد:

- مەگەر چەند جار بڵێم، من تاقەتی میوان و شتم نییە!

- خانم! بۆ خاتری خوا هێواش بە، ئێستا کاتی ئەم باس و خواسە نییە، شەرمەزارمان مەکە، جگە لەوەش خۆ کاکە خالید بە میوان دانانرێت، چەند ساڵێك لەگەڵماندا بووە، ئەو لە قوتابخانە برا گەورەمان بوو، چاکەی زۆری بەسەرمانەوە هەیە، دوای چەندین ساڵ هاتووەتە ماڵەکەمان، ئێستا دەری کەین بڕوات؟

- خۆت بانگهێشتت کردووە، کەواتە هەر خۆشت خزمەتی بکە، چاوەڕوانی هیچ لە من مەکە.

من لە هۆڵەکەدا زۆر سەرم سوڕمابوو، ئەم مشتومڕە ئەوەی دەردەخست کە ناسازییەکی زۆر جددی لەم ماڵەدا هەیە و، گشت پەیوەندییەکان بەتەواوی شێواون.

"هیچ شتێك لە ژنی باش بەنرختر نییە، بەڵام لە خراپەکەشیان...!"

هێسیۆدۆس

"پەیوەندیی نێوان ژن و مێرد لە جوانییش زیاتر پشت بە ڕاستگۆیی دەبەستێت".

باڵزاگ

هاوڕێکەم هاتەوە لام، چاوەکانی و ڕوومەتی سوور هەڵگەڕابوون، هەرچەندە هەوڵی دەدا دڵخۆش و خۆشبەخت خۆی بنوێنێت، بەڵام هێورکردنەوەی گەردەلوولی ناخی مەحاڵبوو.. ئەمەش لە هەڵسوکەوتییەوە هەستی پێ دەکرا.

هاوڕێکەم زۆر ڕێزی دەنواند و خزمەتی دەکردم و، دەیویست حەسرەتی چەند ساڵەی بڕەوێنێتەوە، بەڵام کەشی ماڵەکە لە بۆمبێکی کپکراوە دەچوو، کە هەر سات نا ساتێك ئەگەری تەقینەوەی هەبوو.

لە پلانی مانەوەم پاشگەزبوومەوە و، پاش چەند کاتژمێرێك بە دوای بیانوودا دەگەڕام تا هەستم و بڕۆم، بەڵام هەوڵم دەدا وا خۆم دەربخەم کە هیچم لە قسەکانیان نەبیستووە.

سـەرەڕای پێداگریـی زۆری هاوڕێکـەم، بـەڵام بـۆ شـەو نەمامـەوە لایان، بیانـووی جوانـم ڕێکخسـت، تەنهـا چـاو و میوەیەکـم لا خـواردن، بـەڵام نە چاکـە و نـە میوەکـەش لـە قوڕگـم نەدەچوونـە خـوارێ، زۆر بێتاقـەت بووم!

لەکاتـی بەڕێکـردن و خواحافیزیـدا هاوڕێکـەم لـە ئامێـزی گرتـم و، دایـە پڕمـەی گریـان و، وتـی: «کاکـە خالیـد! توخوا دوعام بـۆ بکـە، ژیانێکی زۆر ناخۆشـم هەیـە، ئەڵێـی لـە دۆزەخـدا دەژیم، لـە هیـچ شـتێکدا پێکنایەین.

تـازە تـێ دەگـەم ئێمە بـەر لـە هاوسـەرگیریمان هیـچ یەکترمان نەناسـیوە، لەمـە زیاتر توانـای بەرگەگرتنی ئەم بـارەم نەماوە، خەریکە شـێت دەبم! بەڵام منداڵێکـی مانـگ ئاسـامان هەیـە و، ناتوانـم بە ئاسـانی دەسـتبەرداری ماڵ و منـداڵ و هاوسـەرەکەم ببـم، هـۆی سەرەکیشـم ئەوەیـە لـەم دەورویـەرەدا بـە کەسـانێکی بـڕوادار و خاوەن ئیـمان ناسراویـن و، هەرگیز بەرگەی ئـەوە ناگـرم هەواڵـی کێشـە و دەمەقاڵەمـان ببێتـە بنێشـتە خۆشـەی دەمـی هەمـووان، ئـەوە جیابوونـەوەش هـەر هیچ، لەبـەر ئەوە ئەمبینیـت بەرگـەی ئـەم ئـازار و ناڕەحەتیانـە دەگرم».



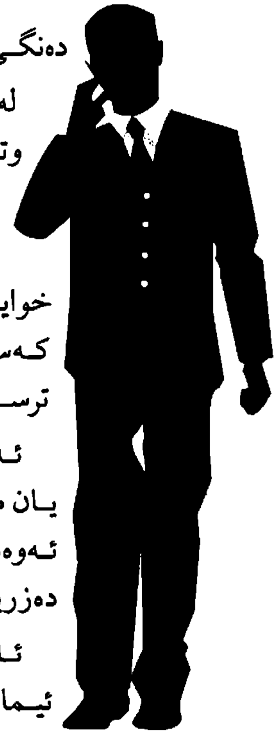
ئـەم هـاوڕێ بارگرانـەم هـەم خـۆی دەگریـا و، هـەم منیشـی خسـتە گریـان، لـە کۆتایـی قسەکانیشـیدا وتـی:

«کاکـە گیـان دوعـام بۆ بکـە، خوا یـان من بەرێتـەوە یان ئـەو و ڕزگارمـان بـکات، ئەگەرنا ترسـی ئەوەم هەیە تووشـی خەمۆکـی ببم».

هیـچ وەڵامێکـم بۆ نەدرایـەوە، تەنهـا سـوار ئوتومبیلەکە بووم و ڕۆیشتم، بەڵام دیمەنی ئەو ژیانە ناخۆشەی زۆر ئازاری دام.

تـا گەیشـتمەوە شـارێکی نزیکـی ئـەو گونـدە هـەزاران هەڵسـانگاندنم بـۆ بـاری ژیانیـان کـرد، بگـرە ئەو شـەوە تـا بەیانی خـەو لـە چاوانـم تـۆرا، هـەر بیـرم لـە حاڵـی برادەرەکـەم دەکـردەوە و بـۆی دەپاڕامـەوە.

بەیانییەکـەی بـەر لـەوەی لـەو شـارە بڕۆم، چـووم تـا ماڵئاوایـی لەهەندێ هاوەڵـم بکـەم، چوومـە شـوێنکاری هاوەڵێکـم کە ئەویـش بەهەمان شـێوە لە قوتابخانـە هاوپـۆلم بـوو. لـە باسـی یادەوەرییەکانـی قوتابخانـەدا بوویـن کە



دەنگی تەلەفۆن گفتوگۆکەمانی پچڕی.

لەناکاو هاوڕێکەم لە وەڵامی تەلەفۆنەکەدا بە تاساوییەوە وتی:

«چی! ژێر گەڵابە کەوتووە؟! دوێنێ ئێوارە؟ جەنازەکەی لە خانەی پزیشکی دادوەرییە؟ ئەی خوایە ئەوە من چی دەبیستم؟».. تەواو واقمان وڕما، کەس لە کەس نەدەگەیشت. بەڕاستی من بەو هەواڵە ترسناکە دووجار ناخم هەڵقرچا.

ئەو قسەیەی کە وتی: «کاکە گیان دوعام بۆ بکە، خوا یان من بەرێتەوە یان ئەو و ڕزگارمان بکات، ئەگەرنا ترسی ئەوەم هەیە تووشی خەمۆکی ببم»، هەر لە مێشکمدا دەزرینگایەوە.

ئای! ئەو هاوڕێیەم چەند مرۆڤێکی باش بوو. لەبەر ئیمان و منداڵە خۆشەویستەکەی فیداکارییەکی بێوێنەی نواند و لانەی خێزانەکەی تێك نەدا.. هاوڕێکەم ئەو ئێوارەیە کاتێك لە ڕێگادابووە بەرەو گوندێکی دیکە، بووە بەژێر گەڵابەیەکەوە و، دەستبەجێ گیانی سپاردووە.

خۆ گریە و ناڵە و لاڵانەوەی خێزانەکەی ئیتر بێسوود بوو، دیار بوو زۆر زوو پەشیمان بووبووەوە، بەڵام ئاگری ناخی بە ئاسانی دانەدەمرکایەوە، بۆیە چەندین ڕۆژ ئەم ئاگرە ناخی سووتاند...



15

هەنگاوی پانزەیەم

وێنەی خێزانێکی نموونەیی

«ئەگەر خۆشەویستی و لەیەکتێگەیشتنی خێزانی تەنها بۆ ژیانی دونیا نەبێت و، بەرەو ژیانی دواڕۆژیش ئاڕاستە کرابێت ئەوا تاکەکانی خێزانەکە وەك هاوەڵێکی ئەبەدی دەست لە ناو دەستی یەك دەنێن، ئاسوودەیی و ڕێزی خێزانەکەش درێژخایەن دەبێت و تاهەتایە بەردەوام دەبێت».

جەمیل مێریچ

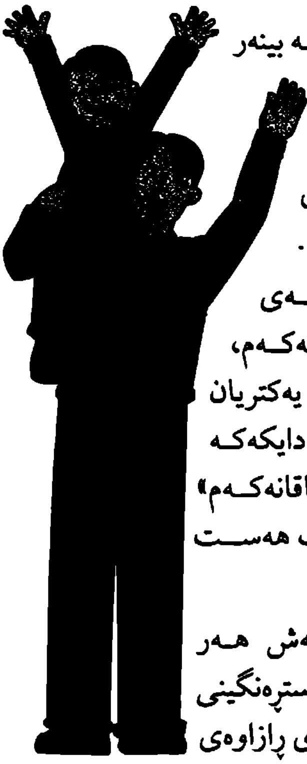
خێزانێك پێداگری زۆریان کرد تا بچمە سەردانیان.

پیاوەکـە فەرمانبـەری حکومـی بـوو و، خانمەکەشـی کابانی ماڵـەوە، دوو کـوڕ و کچێکیـان هەبـوو کـە تەمەنیـان لە دە سـاڵ بـەرەو ژوور بوو.

ماڵێکـی ئـارام و سـادە و پاکوتەمیـز و ڕێکخراویـان هەبـوو، لـەم کەشـە ئارامـەی خێزانەکـەدا لەیەکتێگەیشـتن و پەیوەنـدی و هەڵسـوکەوتێکی زۆر ئاسـوودە خـۆی دەنوانـد.

هـەر کـە دەچوویتـە ژوورەوە لەگـەڵ ژینگەیەکـی بێگـەرد و ڕێکخـراودا ڕووبـەڕوو دەبوویتـەوە، دەسـتێکی هێنـدە کارامـە و هونەرێکـی هێنـدە جوان لـە هۆڵەکـەدا کاریـان کردبـوو کـە مرۆڤـی سەرسـام دەکرد.

ئەو تابلۆیانـەی بە دیوارەکەدا هەڵواسرابـوون و، پەرتووکخانە ڕێکوپێکەکە



و، کەلوپەلـە سـادە و ڕەنـگاو ڕەنگـەکان چێژیان بـە بینەر دەبەخشـی، تەنانـەت دەستشـۆرەکەش هێنـدە جـوان ڕازێندرابـووەوە کە سـەرنجی ڕادەکێشـا.

وەك پەروەرشـیارێك، هەڵسوکەوت و گفتوگۆی ئەندامانـی خێزانەکە لەگەڵ یـەك زۆر کاری تێکردم.

هەسـتم دەکـرد خۆشـییەکی ئەفسـوناوی ماڵەکـەی دادەگـرت کاتێـك باوکەکـە منداڵەکانـی بـە «ڕۆڵەکـەم، گیانەکـەم» بانگ دەکـرد، کاتێکیـش هاوسـەرەکان یەکتریان بـە «پیاوەکـە، خانـم» بانـگ دەکـرد، یـان کاتێـك دایکەکـە منداڵەکانـی بـە «کـوڕی خـۆم، کچـی خـۆم، تاقانەکـەم» بانـگ دەکـرد، پەیوەندییەکـی زۆر گەرموگـوڕت هەسـت پێدەکـرد.

کاتێـك بـۆ نانخـواردن چووینـە چێشـتخانەش هـەر مەپرسـن! ڕازاوەیی چێشـتخانەکە -کە بە گشتی دەسترەنگینی خانمانـە- زۆر زۆر قەشـەنگ بوو، جا کاتێك مێـزی ڕازاوەی خوانەکەشـم دی، خـۆم بـۆ نەگیـراو وتم:

«توخوا جارێ دامەنیشن، با وێنەیەکی ئەم مێزە ڕازاوەیە بگرم».

تـەواو کەوتبوومـە ژێـر کاریگەریـی ڕێکوپێکـی ئـەم ماڵـەوە، سـەرەڕای ئـەوەی کەلوپەلەکانیشـی سـادەبوون بـەڵام زۆر جـوان و سـەرنجڕاکێش ڕێکخرابـوون، لەهەمووشـی گرنگتر ئـەو گونجاوییە نایابەی نێـوان تاکەکانی ئـەم خێزانـە بـوو.. بۆیـە چیـدی زیاتـر خـۆم بۆ نەگیـرا و پرسـیم:

- چۆن توانیتان بەم هاوسەنگی و جوانییە بگەن؟

پیاوەکە بەخەندەوە بەر لە وەڵامدانەی من وتی:

- خاتوون! گوێت لێیە مامۆستا چی دەڵێت؟

منیش هەمان پرسیارم لە خانمی ماڵ کردەوە و وتم:

- چۆن ئەم ڕێکوپێکییەی ماڵەکەتان ڕادەگرن؟

خانمەکەش بە شێوازێکی زۆر خاکیی و سادە وتی:

- مامۆستا، ئێوە بە جوانی دەیبینن، ئەگەر نا هیچ شتێکی سەیر لە ماڵی ئێمەدا نییە.

بەڵام من هەر پێداگریم لە سەرنجڕاکێشی کەشی ماڵەکەیان کرد تا پیاوەکە وتی:

- مامۆستا! لەم بارەیەوە هیچ وەڵامێکت لە خانمەوە دەست ناکەوێت، چونکە ئەو هیچ شتێك بە شیاو نازانێت، ئەوانەی لای ئێوە جوان و قەشەنگن، لای ئەو هێشتا کەموکورییەکیان تێدایە».

لە ئەنجامدا خاوەن ماڵ هۆکاری ئەم رێکوپێکی و پەیوەندییە بۆ کەموکورییانەی ماڵەکەی لەم خاڵانەدا کۆکردەوە:

١- بناغەی ماڵەکەمان لەسەر لێکتێگەیشتن و، رێز و متمانەبەیەکبوون دامەزراوە.

٢- لە سەرەتای هاوسەریماندا بەڵێنمان بەیەك دا یەکتری نەرەنجێنین و، دڵی یەکتر نەشکێنین و، یەکتریش خەفەتبار نەکەین، بۆ ئەمەش هەوڵێکی زۆرمان داوە، دوای ماوەیەکیش ئەم وریاییەمان بەرهەمی دا و خێزانێکی ئاراممان بۆ پێکهات.

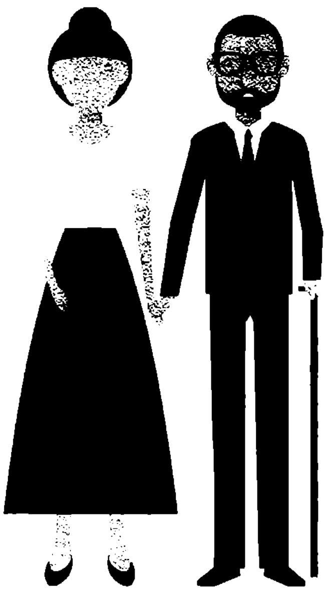
٣- کاتێك یەکێکمان تووڕە دەبێت ئەوی دیکەمان یەکسەر بەرامبەری ناوەستێتەوە، بەڵکو وەك هیچی بەر گوێ نەکەوتبێت بەسەر خۆی ناهێنێت تا ئەو تووڕەییەی بەرامبەرەکەی دادەمرکێتەوە، پاشان بە هێوری قسە لەسەر هۆکاری ئەو رووداوە دەکەین و، کێشەکە هەروا فەرامۆش ناکەین، واتە بەدڵنیاییەوە دەبێت چارەیەکی بۆ بدۆزینەوە.

٤- ئەگەر رەخنەیەکمان لەلایەن دەوروبەر یان بنەماڵەکانمانەوە لێ بگیردرێت یاخود قسەیەك بێتە سەرمان، رەخنە لەیەك ناگرین و نایکەینە ئەستۆی یەکتر، بەڵکو دەستی یەك دەگرین و پشتیوانی لە



یەکتر دەکەین، بۆ ئەمەش ئەم ڕێگەیە دەگرینە بەر:

ئەگەر ڕەخنەیەك لەلایەن بنەماڵەی هاوسەرەکەمەوە ئاڕاستەمان بکرێت، ئەوا خێزانەکەم چارەسەری ئەو گرفتە دەکات و من هیچ خۆمی تێهەڵناقورتێنم، بە پێچەوانەشەوە ئەگەر لەلایەن بنەماڵەکەی منەوە بوو، ئەوا خانمەکەم بەسەرخۆی ناهێنێت و، من دەبمە خاوەن هەڵوێست و چارەی دەکەم.



٥- ڕێزێکی زۆر لە بەساڵاچووان و گەورەکانی بنەماڵەکانمان دەگرین، بەڵام لە کاتی ڕووبەڕووبوونەوەی ڕەخنە و گلەیی و گازەندە و چاوەڕوانییە لەڕادەبەدەرەکانیاندا پشتی یەکدەگرین و پێکەوە هەڵوێست دەنوێنین، واتە ئەگەر دایکم یان باوکم یا خزمێکم لەلای من ڕەخنە لە هاوسەرەکەم بگرێت ئەوا بە پێی پێویست لەسەری هەڵدەدەمێ و، هاوسەرەکەشم هەروا. لەبەر ئەمە لەگەڵ دەوروبەرەکەماندا دووچاری کێشەی زۆر نابینەوە.

٦- لەگەڵ خێزانەکەمدا هەرگیز لەبەر چاوی منداڵەکاندا قسەیەکی ڕەق و دڵشکێن یان هەڵوێستێکی بەجۆرێك نامۆ نانوێنین و، هیچ کەسیشمان بە ڕووگرژییەوە لە ماڵدا ناسووڕێینەوە، بەڵکو هەمیشە هەوڵ دەدەین بە لێوبەخەندەیی و ڕووخۆشییەوە هەڵسوکەوت بکەین.

٧- لەگەڵ منداڵەکانیشماندا تەواو وەك هاوڕێین، هەر گرفتێکیان هەبێت گرنگیی پێ دەدەین و چارەی دەکەین بۆیان.

٨- زوو زوو لە ماڵەوە بەیەکەوە کۆدەبینەوە و دادەنیشین، لە دانیشتنەکەشدا کێشەکانی ئەندامانی خێزانەکەمان باس دەکەین و، بەیەکەوە بڕیاریان لەبارەوە دەدەین و، هەمووشمان بەیەکەوە پابەندیان دەبین.

٩- هەموومان توانای دارایی ماڵەوە دەزانین، هەموو سەری



مانگێکیش بەیەکەوە دادەنیشین داهات و خەرجییەکانمان دەخەینە ڕوو، ئیدی هەر کەسە بە گوێرەی ئەوە خەرجییەکانی خۆی ڕێکدەخات.

١٠- هەمووان لە ماڵەوە هاوکاری یەکین، بۆیە ئەگەر هاوسەرەکەم کارێکی هەبێت ئەوەی دەستی بەتاڵ بێت دەچێت یارمەتیی دەدات.

١١- هەر یەکەمان بەرپرسیارە لە ئەرکێکی دیاریکراو، ئەگەر یەکێکیشمان ئەرکەکەی خۆی بەجێ نەهێنا لێپرسینەوەی لەگەڵ دەکرێت، بەڵام هیچ کەس بۆی نییە بێ ڕەزامەندیی ئەوی تر خۆی لە کارەکەی هەڵبقورتێنێت.

١٢- هەموو شتێك لە بارەی ماڵ و تاکەکانی ماڵەکەوە ڕوون و ئاشکرایە و، کەس هیچ شتێك لە کەسێکی دیکە ناشارێتەوە، چونکە کەشێکی وا کراوەمان سازاندووە بوار بۆ نهێنی شاردنەوە نەهێڵێتەوە.

١٣- هاوسێیەتی خێزانی باشمان هەڵبژاردووە و، هاوکاری یەکتری دەکەین، هاوڕێکانیشیمان بەتەواوی جێی متمانەن و دەتوانین سوود لە هەڵسوکەوت و ئەزموونیان وەربگرین و، هەفتانە چەند کاتژمێرێك کۆدەبینەوە و بیروڕا ئاڵوگۆڕ دەکەین و، کتێب دەخوێنینەوە.

١٤- لە ماڵەوە بەرنامەی کتێبخوێندنەوەمان هەیە و، پێویستە هەمووان هەفتەی پەرتووکێکی ئایینی، یا زانستی یاخود ڕۆشنبیری بخوێننەوە، کە دەستکەوتێکی باشە بۆ هەر تاکێك.

١٥- بەیەکەوە دەچینە گەشت و سەیران، لەبەرئەوەی ئەوە بۆ هۆگربوونمان بەیەکەوە هۆکارێکی باشە، بەوپێیەی لەوێ خۆمان لە فشارەکانی ژیانی شار خاڵی دەکەینەوە و، ئەم جۆرە پێکەوەبوونانەش «ڕۆحییەتی کاری بەکۆمەڵ» لە ئەندامانی خێزاندا دەبوژێنێتەوە.

من ئەم وتە ڕاست و بەجێیانەی خاوەن ماڵم بڕی و پرسیم:

- باشـە، چ ئیرادەیەکتـان هەیـە کـە بەسـەر هەمـوو ئـەو ناڕەحەتییانـەدا سـەرکەوتوون، واتـە جیاوازیتـان لەگـەڵ خێزانێکـی دیکـەدا چییـە وا ئێـوە سـەرکەتوو بـوون؟

ئەم جارەیان وتی:

- با خانم ئەم نهێنییەتان پێ بڵێت.

خانمیش بەدەم میوانداری لێ کردنمانەوە وتی:

- ئەسـتەغفیروڵلا، مـن نهێنیی دەسـتکەوتێکی وا گەورە نابینم، ئیتر باسـی چـی بکەم؟

پیاوەکەش بە خەندەوە وتی:

- مامۆسـتا، مـن نەمـوت ئـەم خانمـەی من هیـچ دەسـتکەوتێك بە شـیاو نازانێت!

پیاوەکە دەستی بە قسە کرد و وتی:

- ئەگـەر دەسـتکەوتێك و هاوبیروڕاییەك لە خێزانەکەمانـدا بوونی هەبێت، دوو هۆکاری سـەرەکیی هەیە:

یەکـەم: سـوپاس بـۆ خـوا ئێمـە باوەڕداریـن، وەك هاوەڵێکـی کاتـی لـە خۆشـییەکانی دونیـادا تەماشـای یـەك ناکەیـن و، تەنهـا بە خۆشەویسـتییەکی کاتییـش شـەیدای یـەك نین.

ئێمـە لەبـەر خـودا دەسـتمان لـە دەسـتی یـەك نـاوە و، لەبـەر خـودا و لێپرسـینەوەی دوارۆژ یەکـمان خۆشـدەوێت.. ئـەو کەسـانەش کـە باوەڕیـان وایـە بـۆ ژیانـی نەبـڕاوە پێکـەوە دەژین، پێویسـتە بـۆ کێشـە کاتییەکانـی دونیا یـەك نەڕەنجێنـن، ئێمەش لەسـەر بنەمـای ئـەم قەناعەتە هەڵسـوکەوت لەگەڵ یەکـتر دەکەین.

دووەم: بـۆ ئـەوەی لانەیەکـی بـاش بنیـات بنێیـن، وەك قوتابییـەك زۆر کتێـب و سـەرچاوەمان خوێنـدەوە و، هەوڵمانـدا خۆمان پێبگەیەنیـن، بە نزا و پاڕانەوەکانیشـمان داوای ئاسـوودەیی و خۆشـبەختیمان لە پەروەردگار دەکرد، زۆر سـوپاس بـۆ ئەو زاتە بەدەسـتەڵات و بەسـۆزە کە ئەوانەی پـێ ڕەوا بینین.

ئەو نموونە سەرنجڕاکێشـانەی لـەو خێزانە بە جوانیی مـاددی و مەعنەوییە ڕازاوەیەدا بینیم هێشـتا کۆتاییان پێنەهاتووە.

شـەوێ هـەر لـەو ماڵـە مامـەوە، کاتێـك بەیانـی لەخەو هەسـتام شـتێکی زۆر سـەیرم بینـی.

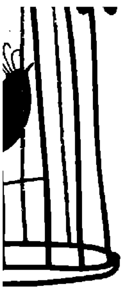
گۆرەوییـەکان و کراسـەکەم شـۆرابوون و، کراسـەکەم بـە ئوتووکـراوی لـە ژوور سـەرمەوە هەڵواسرابـوو! سـادەترین وەسـفیش بـۆ ئـەم کارەیـان، (میوانپەروەری)یـە.

مـن زۆر شـەرمەزار بوویـووم، زۆریـش بەم هەڵوێسـتەیان کاریگـەر بووم، بەڕاسـتی ئەسـتەمە هیـچ کلتـوور و نموونەیەکـی دیکـە هەبێت هێنـدە ڕێز لە میـوان بگرێـت، بێگومـان شارسـتانیی میللەتـی موسـوڵمانمان -کـە لەسـەر بـاوەڕ و ڕەوشـت و ڕێز پێکهاتـووە- نموونەگەلێکی ئاوای لێ سـەوز دەبێت.

ئـەو کەسـەی لـە ڕۆحییەتـی خێـزان خـۆی بـەدوور دەگرێـت و، خـۆی وەك تاکێـك نیشـان دەدات کـە تەنهـا ژیانی خۆی لا مەبەسـتە، پێویسـتە زۆر بە باشـی ئـەم دیمەنـی خۆشـگوزەرانی و پەندئامێزییەی ئەم ماڵـەی لەبەرچاو بێـت و، زۆر بـە ڕوونـی ببینێـت ئاخـۆ ئاسـوودەیی خێـزان لای ئـەو تاکانـە دەسـت دەکەوێـت کـە (تەنهـا گرنگـی بە ژیانـی خۆیـان دەدەن)، یاخـود لەو هاوبەشـی و یەکڕیزییەدایـە کـە (ڕۆحییـەت و کەشـی گەرموگـوڕی خێـزان) بەرهەمـی دەهێنن.

ژیانی هاوسەرداریی
موسوڵمان، باخێکە لەباخەکانی بەهەشت،
چونکە هەموو شتێك لەوێ حەڵاڵ و
شیرین و خۆشە.

جەلالەدینی بەغدادی



لـە کۆتاییـدا نەمزانـی بـە چ زمانێك سوپاسـیان بکـەم، تەنهـا توانیـم بڵێـم: «ئێـوە لـە ڕۆژێکـی قوتابخانـەی خێزانەکەتانـدا بەجۆرێك پەروەردەتان کـردم، کـە تا مـاوم لەبیـرم نەچێتـەوە».

ئـــەو خێزانـــە لـــە کاتـــی ماڵئاواییـــدا دوا کاری سەرنجڕاکێشیشـــیان نمایـــش کـــرد!

کاتێـك هاتمـە دەرەوە بینم پێڵاوەکانـم بۆیاخ کراون، هیچـم بۆ نەوترا و بەوپـەڕی کاریگەریوونمەوە لـەو خێزانە جیابوومەوە.

پـەروەردگار خۆشـی و کامەرانییـەك بەو خێزانە ببەخشـێت کە شـایەنیانە، لـەو ئاسـوودەیی و خۆشـبەختیەش بکاتە پشـکی ئێمە.

"چێژ و خۆشی ڕۆژەکانی سەرەتای باڵاپۆشیم تا ئەمڕۆ لەیاد ماوە،
هەروەك ئەوە بوو کە باڵاپۆشیی سەرلەنوێ ژیانێکی نوێم پێ بداتەوە".

د. گولشەن ئاتاسێڤێن

16

هەنگاوی شانزەیەم

سوود و زیانەکانی هاوسەرگیریی نێوان خزمەکان

«پێویست بە قسەکردن لەسەر سوود یان زیانەکانی هاوسەرگیری لە نێوان خزماندا ناکات، چونکە ئەم هاوسەرگیرییە بە پێی شوێن و کات و خێزان و تاکەکان دەگۆڕێت، ئەوەی دەکەوێتە ئەستۆی کەسەکان هەڵبژاردنی باشترینە بۆ هاوسەرگیری».

پرۆفیسۆری خۆبەخش و دکتۆر علی فوئاد باشگیل

هاوڕێم هەبووە لەگەڵ خزمێکیدا هاوسەرگیریی کردووە و زۆریش کامەران بووە، بەهەمان شێوەش هاوڕێم هەبووە لەگەڵ خزمێکیدا هاوسەرگیری کردووە و هەزار جار پەنجەی پەشیمانیی گەستووە.

بڕیاردانی پێشوەخت لەسەر باشی یان خراپی هاوسەرگیری نێوان خزمان کارێکی هەڵەیە، سەرەتا پێش ئەوەی بڕیار بدەین پێویستە لایەنە باش و خراپەکانی هەڵبسەنگێنین و، بە وردی شییان بکەینەوە.

پێغەمبەرمان (د.خ) هانی کەسی بۆ هاوسەرگیری لەگەڵ خزمێکیدا نەداوە، بەڵام ڕێگریشی لێ نەکردووە، هەر لەم ڕووەوە هەندێك کەس هەن کە دژایەتی ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە دەکەن و، هەندێکیش بەپێچەوانەوە پشتیوانیی دەکەن.

بەربەستەکانی بەردەم هاوسەرگیریی نێوان خزمان:

ئەوانـەی دژی ئـەم جۆرە هاوسـەرگیرییەن، ئەم بانگەشـانە دەکەنە بەڵگەی هەڵوێستەکەیان:

١- قورسە دوو گەنج کە پێکەوە گەورە بووبێتن یەکتری وەك هاوسەر قبوڵ بکەن.

٢- دەشێت منداڵی ناتەواویان ببێت.

٣- ئەگەر خوانەکردە ناخۆشییەك بکەوێتە نێوان هاوسەرەکانەوە کاریگەریی لەسەر گشت خزم و کەسیان دەبێت، تەنانەت ڕەنگە ببنە دوژمنی یەکتریش.

٤- بەبەردەوامی لە ژێر چاودێری و ڕکێفی گەورەکانی بنەماڵەدا دەبن.

٥- هاوسەرەکان لە خەرجی و هەڵسوکەوتەکانیاندا تاڕادەیەك سەربەستییان لەدەست دەدەن.

کێشە تەندروستییەکانی ژن و ژنخوازیی نێوان خزمان:

(جیـن)ەکان، کـە هەڵگـری سـیفەتە بۆماوەییەکانـن، بـە یەکسـانی لـە دایـك و باوکەکـەوە دەگوازرێنـەوە بـۆ منداڵەکانیـان. جـا ئـەو جینـەی کـە سـیفەتێکی دیاریکـراوی هەڵگرتـووە و، بەسـەر جینـە دژەکانیـدا زاڵـە پێـی دەوترێـت زاڵ، جینـە دژەکـەش پێـی دەوترێـت بەزیـو.

دەکرێـت چـاوی شـین و قاوەیـی وەك نموونەیـەك بۆ ئەمـە بهێنینـەوە: لە چـاودا ڕەنگـی قاوەیـی زاڵـە و ڕەنگـی شـینیش بەزیـوە، وای دابنێـن دایك و باوکێـك یەکیـان چـاوی شـینە و ئـەوی دیکەیـان چـاوی قاوەییە.

ئـەو جینـە بۆماوەییانـەی لـە دایـك و باوکەکـەوە بـۆ منداڵەکانیـان دەگوازرێنـەوە چـوار ئەگەریـان بـۆ هەیـە: (قاوەیـی قاوەیـی، قاوەیـی شـین، شـین قاوەیـی، شـین شـین)، بەمجـۆرە لـە سـێ حاڵەتـی یەکەمـدا منداڵەکـە چـاوی قاوەیـی دەردەچێت (چونکە جینـە زاڵەکە بوونی هەیـە) و، لە حاڵەتی چوارەمیشـدا چـاوی منداڵەکـە شـین دەردەچێـت.

ئیـدی لـە هاوسـەرگیریی نێـوان خزمانـدا ئەگـەری بەیەکگەیشـتنی جینـە بەزیـوە زەرەرمەنـدەکان زیاتـرە لـە هاوسـەرگیریی دوو کەسـی بێگانـە، جگـە لـەوەش ڕێگەخۆشـکەرە بـۆ زیادبوونـی بـازدان لـە جینەکانـدا.

سوودەکانی هاوسەرگیریی نێوان خزمان:

ئەو کەسانەی لایەنگری هاوسەرگیریی نێوان خزمان دەکەن، تێڕوانینەکانیان لەم خاڵانەدا کۆدەبێتەوە:

١- بۆ پاراستنی سامانی بنەماڵە و ڕێکخستنی کارەکانی پەیوەست بە میراتەوە.

٢- خۆشەویستی و پەیوەندیی نێوان خێزانەکان پتەوتر دەبێت.

٣- ئەو کەسە دەبێتە خاوەنی هاوسەرێك کە دەیناسێت و ئاشنایەتی.

٤- ئەم نزیکییە لە نێوان خێزانی تازە بوك و زاوادا ڕێگە خۆشکەرە کە بە ئاسانی ئاڕاستە بکرێن لە لایەن بنەماڵەکەیانەوە.

٥- پێکهێنانی لانەیەکی نوێ لە بنەماڵەکەدا، زامن و هیوایەکە بۆ ڕۆژانی داهاتووی بنەماڵەکە تا گۆچانی دەستی باوانیان بن.

٦- بۆ بەهێزکردنی بنەماڵە و زیادبوونی سەنگی بنەماڵەکە لە کۆمەڵگەدا.

لە وڵاتانی خۆماندا هاوسەرگیری لە نێوان خزماندا زۆر ڕوودەدات.

جگە لەمانەش لە نێوان ئەو کەسانەی کە زوو هاوسەرگیری دەکەن زۆر و، بە پێچەوانەشەوە ئەو کەسانەی درەنگ هاوسەرگیری دەکەن بە ڕێژەیەکی کەمتر تووخنی ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە دەکەون.

ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە لە ناو خێزانە باوك سالارەکاندا زیاترە وەك لە خێزانەکانی دیکە.

گوندنشینەکان لە خەڵکی شار زیاتر پەنا بۆ ئەم جۆرە هاوسەرگیرییە دەبەن، بە هەمان شێوە لەو ناوچانەی کە لە ڕووی ئابووری و کۆمەڵایەتییەوە گەشەیان سەندووە ئەم دیاردەیە کەمە.

بە پێی ئەم هۆکارانە تێدەگەین کە هاوسەرگیریی نێوان خزمان تا دێت بەرەو کزی دەڕوات، جا ئەگەر بەهۆی زیاتر چاوکراوەیی تاکەکانی کۆمەڵ و ئاشنابوونیانەوە بە کەسانی دیکە بێت، یاخود بەهۆی کەمبوونەوەی هاموشۆی نێوان خزموکەسەکانەوە بێت، هاوسەرگیریی خزمان بەرەو کەمیی و نەمان دەچێت.

ئەوەی ڕوونە ئەوەیە بەر لە هەر بڕیارێك سەبارەت بە هاوسەرگیریی نێوان خزمان پێویستە دوو کەسەکە خۆیان بە پێی مەرج و تایبەتمەندییە کەسییەکان بەرامبەر هەڵبسەنگێنن و، دواتر بڕیارێکی وا چارەنووسساز بدەن.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"وریای هاوسەرگیری بن لەگەڵ خزماندا، دەشێت بتەوێت پەیوەندیی نێوانتان بەهێزتر بکەیت، کەچی لە ئەنجامدا بەتەواوی پەیوەندییەکان بپچڕێنیت".

حەسەن چانتای

"ناتوانین بە هاوسەرگیریی دوو کەس بڵێین نەخێر تەنها لەبەر ئەوەی خزمن، چونکە چەندین خزم هەبوون کە پێکەوە ژیانێکی ئاسوودەیان هەبووە".

پرۆفیسۆر و دکتۆر ئۆرهان تورکدۆغان

"ستایشکردن یاخود سەرزەنشتکردنی بیرۆکەی هاوسەرگیریی نێوان خزمان کارێکی دروست نییە، چونکە ئەمە بە گوێرەی هەر کەسێك دەگۆڕێت".

پرۆفیسۆر و دکتۆر موسا تاشدێلەن

"ئەو هاوسەرگیرییەی لە پێناو پارە و ساماندا لە نێوان خزماندا دەکرێت، تەنها زەرەر و زیان بە دوای خۆیدا دەهێنێت".

عومەر ئاسوحی بیلمەن

17

هەنگاوی حەڤدەیەم

کێشەکانی هاوسەرگیری لە نێوان خەڵکی دوو ناوچەی جیاوازدا و، چارەسەری پێشنیارکراو

دوو قوتابیی خۆشەویستم هەبوو بە ناوی ئەحمەد و سیڤنور، هەڵسوکەوت و تێڕوانینەکانیان زۆر لەیەکەوە نزیك بوو، لەبەر ئەوەی خوێندنەکەیان بەرەو تەواو بوون دەچوو بیریان لەوە کردبووەوە ببنە دەستگیرانی یەکتر و پاش خوێندیش هاوسەرگیری بکەن.

کاتێك هاتن بۆ لای من هەموو شتێکیان بڕاندبووەوە، بەڵام کێشەی گەورەیان لەلایەن بنەماڵەکانیانەوە بۆ دروستبووبوو.

ئەحمەد خەڵکی (وان) بوو، سیڤنوریش خەڵکی (تێکیرداغ) بوو، واتە لە شوێنێکی جیاواز و لە کەلتوور و کەشێکی جیاوازدا پەروەردە بووبوون، من داوام لێکردن بیر لەوە بکەنەوە تا چەند دەتوانن لەگەڵ ئەم جیاوازییانەدا هەڵ بکەن.

لەڕاستیدا بنەماڵەکەی ئەحمەد دەیانویست کچێکی ناوچەی خۆیانی بۆ بخوازن و زۆر گرنگییان بە سیڤنور نەدەدا، بنەماڵەی سیڤنوریش هەروا بوون، بەلای ئەوانەوە کۆچکردن لە (تێکیرداغ)ەوە بۆ (وان) نابێت ببێتە هۆی گۆڕینی دابونەریتەکان.

بەڵام بەلای ئەحمەد و سیڤنورەوە ئەمانە تەنها چەند کێشەیەکی سادە بوون و، پێیان وابوو دەتوانن پشتی یەکبگرن و بەسەریاندا سەربکەون.

لەکۆتاییدا هاوسەرگیرییان کرد...

لەبەر ئەوەی هیچ کام لە بنەماڵەکان ئەم هاوسەرگیرییەیان لا پەسەند نەبوو، لە ئاهەنگەکەیاندا بەشدارییان نەکرد، واتە لەلایەن بنەماڵەکانیانەوە ڕەتکرانەوە و، تەنیا کەوتن.

زۆریشی نەبرد گیروگرفتەکان زنجیرەیان بەست. گەورەترین کێشەش بەهۆی (سێڤنور)ەوە بوو، چونکە خێزانەکەی ئەحمەد بە هیچ جۆرێك چارەی سێڤنوریان نەدەویست! بەڕای ئەوان سێڤنور کەسێکی زۆر سەربەست و، سەرکەش و، بێ چاوڕوو بوو.. لە دابونەریتی ئەواندا کاتێك پیاوان لە ژوورێکدا دەبوون ئەو نەدەبوو بچێتە ئەو ژوورەوە و، بۆی نەبوو لە بەرامبەر خانمانی لە خۆی گەورەتردا قسە بکات.. بێ ئیزنی خەسوو نەدەبوو ئاویش بخواتەوە و، دەبوو خاولی بۆ خەزووری ڕابگرێت تا دەستی پێ بسڕێت و، کە هاتەوە ماڵەوە چاکەتەکەی لێ وەربگرێت و، ویستی بچێتە دەرەوە پێڵاوەکانی بۆ دابنێت، جگە لەوەش بۆی نەبوو بەدیار چاوی خەڵکەوە لەگەڵ ئەحمەد قسە بکات.. تەنانەت بۆیان نەبوو پێکەوە بچنە بازاڕیش!

بە ڕای خێزانەکەی سێڤنوریش ئەحمەد کەسێکی زۆر داخراو و زیاد لە پێویست شەرمن بوو، دەمی بۆ جگەرە و (مەی) نەدەبرد، لەگەڵ ئافرەتاندا هیچ قسەی نەدەکرد، بە کورتییەکەی بە بۆچوونی ئەوان ئەم کوڕە و زاواییان نەوتووە.

> **لە هاوسەرگیریدا ئەوە گرنگ نییە کە لەگەڵ کەسی ویستراودا هاوسەرگیری بکەیت، بەڵکو ئەوە گرنگە کە خۆت کەسی ویستراو بیت.**
>
> فۆستەر وود

ئیدی ئەم دوو گەنجە کە زۆر لەیەك دەوەشانەوە، بوونە قوربانی دابونەریت، لەوەندەش زیاتر بەرگەی فشاری خێزانەکانیان نەگرت و لەیەك جیابوونەوە.

ڕووداوێکی هاوشێوەش بەسەر خاتوو خەدیجەدا هاتبوو، کە سەرەڕای دژایەتیی زۆری خێزانەکەی بەڵام هەر لەگەڵ قوتابییەکی عێراقیدا هاوسەرگیریی کرد، کوڕەکە قوتابیی کۆلێژی پزیشکی بوو و، زۆر دیندارێش

بوو، جگە لەوەش زۆر هەست ناسك و بەڕێز بوو، دیارییەکی یەکجار زۆری بۆ خەدیجە دەهێنا.

خەدیجـە بەو کـوڕە ڕازی بوو، جیاوازی نیشتیمانیشـی بـەلاوە زۆر گرنگ نەبـوو، بـەڕای ئـەو لـە وڵاتـی مێردەکـەی ژیانێکـی ڕۆمانتیکـی و دونیایەکی سـەرنجڕاکێش چاوەڕوانـی بـوو. لـە کۆتاییدا هاوسـەرەکەی خوێندنـی تەواو کـرد و لەگـەڵ خەدیجـەدا ڕووی لـە وڵاتەکـەی خـۆی کـردەوە تـا دەسـت بە پیشـەی پزیشـکییەکەی بکات.

ئـەو شـارەی لێـی نیشـتەجێبوون پلـەی گەرمـای زۆر بـەرز بـوو، زۆر چوونـەدەرەوەی خانمانیـش جێـی شـەرم بـوو، خەدیجـەش هیچ لەگـەڵ ئەم شـتانەدا ڕانەهاتبـوو، دواتریش بێجگە لە هاوسـەرەکەی کەسـی دیکە تورکیی نەدەزانـی، خەسـووی تەنهـا بـە ئامـاژە ڕێگـەی دەدا بێـت و بـڕوات، لەگـەڵ ئەوانیشـدا هیـچ قسـە و باسـێکیان نەبـوو، لەبـەر ئەمـە دەیویسـت هەرچـی زووتـرە بگەڕێتـەوە بۆ ئەسـتەنبوڵ، چونکە ئیـدی بە لایەوە ئەسـتەم بوو لەوێ بەختـەوەر بێـت و بتوانێـت منـداڵ پـەروەدە بکات.

لەبەرامبەر بۆڵە و کڕوزانەوەکانی خەدیجەشـدا هاوسەرەکەشـی وردە وردە گـۆردرا و، کەسـێکی تووڕە و خۆپەرسـتی لـێ دەرچوو، ئەمـەش بارودۆخی خەدیجەی قورسـتر کرد.

ئـەوەی لێـرەدا گرنگـە ئەوەیـە تێبگەیـن تەنهـا دینداری بـەس نییـە و، کارتێکـەرە کۆمەڵایەتییەکانیـش لـەوە گرنگـترن کـە بیـری لـێ دەکەینـەوە، بۆ نموونـە گرفتـی خەدیجـە تەنهـا ئـەوە نییە کـە لـە خەیاڵیـدا خێزانـی عەرەبیی بـە ڕۆمانتیـك دەزانـی و خـۆی لـە ڕاسـتییەکان لادابـوو، بەڵکـو بەهـۆی خۆئامادەنەکردنییـەوە بـوو بۆ ڕووبەڕووبوونـەوەی جیاوازییەکانـی کەلتوور و زمـان و دابونەریـت و تەنانـەت خواردنیـش.

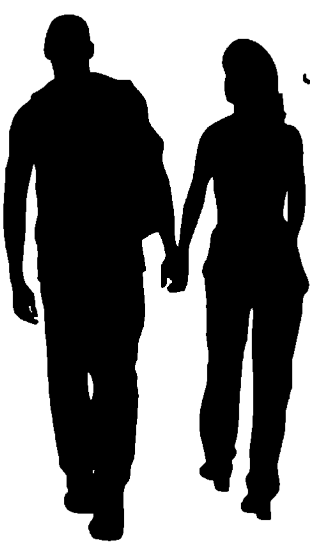
سـەرهەڵدانی ئـەم کێشـانە تەنهـا لـە هاوسـەرگیریی نێـوان خەڵکـی دوو وڵاتـی جیـاوازدا نییـە، گـەر بڕوانیـن تەنانـەت لـە خـودی وڵاتـی خۆمانـدا چەندیـن تێڕوانیـن و دابونەریتـی جیـاواز لـە شـوێنە جیاجیاکانیـدا بەرچـاو دەکـەون، کـە دەکرێـت کێشـە دروسـت بکـەن بـۆ ئەوانـەی دەیانەوێـت هاوسـەرگیری بکـەن.

پرۆفیسۆر و دکتۆری بەڕێز سەفا سایگڵی، لە پەرتووکەکەیدا ئەم نموونەیە دەهێنێتەوە:

> **"شەرعەن پێویستە مێرد هاوسەنگیی ژنەکەی بێت، واتە بۆ یەك گونجاو بن، گرنگترین ڕووی ئەم هاوسەنگییەش لە لایەنی دیندارییەوەیە".**

ئاسڵی و حەسەن یەکیان خۆشدەویست و، هەردووکیشیان موسوڵمان بوون، بەڵام مەزهەبیان جیا بوو، هەرچەندە خێزانەکەی حەسەن زۆریان هەوڵ دا تا پێشیان پێبگرن، بەڵام لە کۆتاییدا هاوسەرگیرییان کرد و، لە ساڵانی سەرەتاشدا هەموو شتێك بە ڕێکوپێکی دەچوو بەڕێوە.

حەسەن، بەهۆی ئەوەی لەلایەن بنەماڵەکەیەوە بە تەواوی حاشای لێ کرابوو، لە سەرەتای هاوسەرگیرییەکەیەوە پەیوەندیی لەگەڵیاندا نەمابوو، بەڵام هەرچەندە دواتر کەمە کەمە پەیوەندیی لەگەڵ بەستنەوە، کەچی هێشتا بنەماڵەکەی هەر ڕەخنەیان لە ئاسڵی هەبوو و بە بوکی خۆیانیان نەدەزانی، بەمجۆرە کاتێك ئاسڵی هەستی بەوە کرد کە لە لایەن بنەماڵەی مێردەکەیەوە بچووك دەکرێتەوە، هاتووچۆی مێردەکەی بۆلای ئەوان بە بێزێزی بۆ خۆی لێك دەدایەوە، کاتێکیش پەیوەندیی نێوانیان لە چاو دوو ساڵ لەوەو پێشدا زۆر خراپ بوو، ئیدی ژینی هاوسەردارییان کەوتە لەرزە.



ڕەنگە لە تەمەنی گەنجیدا جیاوازیی مەزهەب شتێکی ئەوتۆ نەبێت، بەڵام زەنگی ئەم مەترسییە هێواش لێ دەدرێت و لە ساڵانی دواتردا کێشەکان بەزەقی بەدیار دەکەون.

هەندێ جار ڕەنگە هاوسەرەکان بتوانن بەرەنگاری فشارەکان ببنەوە و ژیانیان بەرەو پێش بەرن، بەڵام زۆر جار پاش چوونە تەمەنیانەوە کێشەکان سەر هەڵ دەدەن، واتە کاتێك ئەمانیش وزە و تاقەتی بەرەنگاربوونەوەیان نەماوە.

هاوسـەرگیریی نێـوان کەسـانی شـوێنکەوتووی مەزهەبـی ئایینـی جیاواز هـەردەم کێشـەی بـەدواوە بـووە و، زۆربـەی جارەکانیـش بـە جیابوونـەوە گەیشـتووە، چونکـە بنەماڵـەکان ئەمجۆرە هاوسـەرگیرییەیان بـە هیچ جۆرێك پـێ قبـووڵ نییە.

پێویسـتە بۆ ڕزگارکرنی ژیانی هاوبەشـی ئـەو گەنجانەی هاوسـەرگیرییان لەگـەڵ کەسـێکی خەڵکـی شـوێنێکی جیـاواز یـان هەڵگـری کەلتوورێکـی جیـاوازدا کـردووە، چـی بکرێت؟

دەکرێـت ئـەم چەنـد پێشـنیارە بدرێـت بـە گوێـی ئەوانـەی هاوسـەرگیرییان لەگەڵ کەسـێکی خەڵکی شـوێنێکی تردا کردووە:

١- پێویسـتە بنەماڵـەکان بـە لێکتێگەیشـتنەوە هەڵسـوکەوت لەگـەڵ ئـەو گەنجانـەدا بکـەن، پێویسـتە لـە جیاوازیـی ئـەو کەسـانە نەڕوانـن کـە لـە ناوچەیەکـی دیکـە پـەروەردە بـوون، بەڵکـو لـەو بەهـا مرۆڤایەتییانـە بڕوانـن کـە لـە ناخیاندایـە و، بـە چـاوی لێبوردەییشـیەوە تەماشـای ڕەفتـار و خـووە جیاوازەکانیـان بکـەن، چونکـە ئـەم هەڵسـوکەوتانەی بەتـەواوی بەهـۆی شـێوازی پەروەردەبوونییەوەیەتی، نەك بە مەبەسـت و لەدژی ئەمان وا بکات، بـۆ نموونـە ئـەوەی کـە دەبێـت بـوك بـە هاتنـەوەی خـەزووری بەدەمییـەوە بچێـت و چاکەتەکەی لـێ وەربگرێت یاسـا نییـە، بەڵکـو تەنهـا دابونەریتـە و لـە ناوچەیەکـەوە بـۆ ناوچەیەکـی تـر دەگۆڕێـت.

> **هاوسەرگیریی بکەن، ئەگەر ژنەکەتان باش دەرچوو ئەوا دڵخۆش دەبن، ئەگەریش خراپ دەرچوو ئەوا دەبنە فەیلەسوف.**
>
> سوقرات

٢- پێویسـتە هاوسـەرەکانیش بـە ڕێـزەوە هەڵسـوکەوت لەگـەڵ یەکتریـدا بکـەن و، کەسـێتی و سروشـتی یەکـتری وەك خـۆی قبـوڵ بکـەن.

٣- ئەشـێت لـە ناچەیەکـەوە بـۆ ناوچەیەکی تر هەر لە شـێوازی قسـەکردن و، نانخـواردن و، جلوبـەرگ تا پەیوەندیی نێوان تاکـەکان جیاوازیی تێدا بێت، بۆیـە خـۆ نابێت هەر لـە چاوتروکانێکدا هەموو ئـەم نەریتانەیـان ڕەتبکرێنەوە، بەڵکـو پێویسـتە ئەو هەڵسـوکەتانەی لەگەڵ ئـەو ناوچەیـەدا ناگونجێن کە دوو

هاوسـەرەكە تێیـدا دەژیـن، لەگـەڵ تێپەڕبوونـی كاتـدا نەهێڵدرێـن و كۆنترۆڵ بكرێـن، نەك هەر لـە یەكەم ڕۆژی هاوسـەرییەوە هەوڵی نەهێشـتنیان بدرێت، چونكـە گـەر وا نەكـەن ئەوا ئەو كات كێشـەی گـەورە بۆ خۆیان دەسـازێنن.

٤- كاتێـك جیاوازییـەك لـە خـوو و ڕەوشـتی منداڵەكاندا بـەدی دەكرێت، پێویسـتە لەبـەر تێكنەدانـی نێوانـی دایـك و باوكیـان هۆكارەكانـی ئـەم جیاوازییانەیـان بـۆ ڕوون بكرێتـەوە، بـەڵام نـەك بوترێـت ئـەوەی دایكیـان ڕاسـتە و ئـەوەی باوكیـان هەڵەیـە، بەڵكـو دەبێـت سـوود و جوانییەكانـی ئەم جیاوازییانـە بخرێنـە ڕوو.

٥- پێویسـتە هاوسـەرەكان پێكـەوە ڕووبـەڕووی فشـارەكانی بنەماڵەكانیان ببنـەوە و پشـتی یەكـتری بەرنەدەن.

٦- باشـتر وایـە تازە ژن و مێـرد بۆ ماوەیـەك ژیانە نوێیەكەیان لە شـوێنێكی دوور لـە خـزم و كـەس بەرنـە سـەر، تـا وردە وردە بنەماڵەكانیشـیان شـێوازی ژیانـی ئەمانیان پـێ پەسـەند دەكرێت.

پێویستە ژن و مێرد لە چەند مانگ و ساڵی سەرەتای هاوسەرگیرییاندا بە پشوودرێژییەوە هەوڵ بدەن زیاتر یەك بناسن، بۆ ئەمەش تەنها ئەوەندە بەسە هەوڵ بدەن بە شێوەیەكی گونجاو هەڵسوكەوت بكەن و یەكتری نەڕەنجێنن، بەمشێوەیە ئیدی بنەماڵەكانیش وردە وردە لەگەڵ یەك ڕادێن و، جیاوازیی و كێشەكانی نێوانیشیان بە لێكتێگەیشتن و پشوودرێژی و لێبوردەیی و گفتوگۆ چارە بكەن.

گرنگترین خاڵیش لەم باسەدا ئەمەیە:

ئەگـەر كوڕەكـە لەگەڵ بنەماڵـەی كچەكەدا، یـان كچەكە لەگـەڵ بنەماڵەی كوڕەكـەدا بـە شـێوەیەكی ئەرێنـی و ڕێزدارانـە و دڵفراوانییـەوە هەڵسـوكەوت بـكات، ئـەوا هـەر زوو پێش بە بڕیارە پێشـوەختەكانی ئـەو بنەماڵەیە دەگرێت، بـەڵام ئەگـەر ساردوسـڕ بێـت لەگەڵیـان و پەیوەندییەكـی باشـیان لەگـەڵ نەبەسـتێت، ئـەوا كێشـەكانیش زیاتـر و زیاتـر دەبن.

18

هەنگاوی هەژدەیەم

گەورەترین هێز و پایەی ڕاگری خێزان، باوەڕە

«ئەو ئەندامانەی خێزان کە دەزانن و دڵنیان ژیانی ئەم دونیایان تاقیکردنەوەیە و لە دواڕۆژدا لێپرسینەوەیان لەگەڵ دەکرێت، ئەوا بۆ ڕاگرتنی ئەم ماڵە پیرۆزەیان ئامادەی هەموو جۆرە فیداکارییەکن».

پرۆفیسۆری یاریدەدەر و دکتۆر حاجی دوران

لەگەڵ پیاوێکی زۆر بەڕێز و بەشکۆی هاوسێماندا دەربارەی هاوسەرگیری گفتوگۆمان دەکرد، بەڕاستی وتەکانی وەك باوك و سەرپەرشتیاری خێزانێکی نموونەیی زۆر کاریگەربوون.

لێم پرسی: «چۆن خێزانێکی ئاسوودە و خۆشبەخت دروست دەبێت؟»

ئەویش لەوەڵامدا وتی:

١- بە ئیمانەوە منداڵەکان پەروەردە بکەن، با تاکەکان لە خێزاندا لەسەر ئەو تێگەیشتنە پەروەردە بین کە ئەوان بەندەیەکن و، لەسەر هەموو کار و کردەوەیەکیشیان لێپرسینەوەیان لەگەڵ دەکرێت.

٢- وەك دایك و باوك ببنە پێشەنگێکی نموونەیی بۆ منداڵەکانتان.

٣- با گفتوگۆکانتان و قسەکانتان لەگەڵ منداڵەکانتان لەوپەڕی میهرەبانی و سۆزداریدا بن و، هەرگیز وتەی ڕەق بەکارمەهێنن.

٤- هەرگیز درۆ لەگەڵ منداڵەکانتان مەکەن ئەگەر بە گاڵتەش بێت، با منداڵەکانتان دڵنیا بن لەوەی کە هەرچییەك دەیڵێن تەنها ڕاستییە.

٥- داواکارییە ژیرانەکانی منداڵەکانتان پشتگوێ مەخەن، هەوڵ بدەن هۆی نەگونجاویی هەندێك داواکاریشیانیان تێبگەیەنن و قەناعەتیان پێ بکەن.

٦- لەگـەڵ منداڵەکانتانـدا ببنـە هاوڕێ و، یارییان لەگـەڵ بکەن، بۆ نموونە ڕاوڕاوێـن و تەنانـەت چاوشارکێشـیان لەگـەڵ بکەن، ئەگـەر نـا ناتوانن بچنە نێـو دونیای ناخیـان و ببنە جێـی متمانەیان.

٧- پەرستشـەکان لـە ماڵـەوە پێکـەوە بکـەن، قورئـان بخوێنـن، هەفتانـە شـەوێك تەرخـان بکـەن بـۆ تاووتوێکردنـی باسـێکی ئایینـی.

٨- زوو زوو بـۆ چارەسـەرکردنی کێشـەکانی خێزانەکەتـان کۆببنەوە و، ڕێ بـدەن هەمووانیـش ڕای خۆیان هەبێـت و، دواتر بیروڕاکان بکەنـە دەنگدانەوە و، باشـترین بۆچوونیـش هەڵبژێـرن و، پەیڕەوی بکەن.

٩- زووزوو سـەردانی قوتابخانـەی منداڵەکانتـان بکـەن، ستایشـیان بکەن لەسـەر سـەرکەوتووییان و، لـە هـۆکاری شکستەکانشـیان بکۆڵنەوە.

١٠- لەگـەڵ هاوسـەرەکانتاندا بەڕێـز بـن، تـا منداڵەکانیشـتان لـە ئێـوەوە فێربـبن، ئەگەر ئێوە دایمە شـەڕتان بێـت ئـەوا ئەوانیش شـەڕانگێز دەردەچن.

١١- منداڵەکانتـان فێـر بکـەن ڕێز بۆ مافـی مرۆڤ دابنێن، با زۆر بە باشـی حـەرام و حەڵاڵیـش لەیـەك جیابکەنەوە، چونکـە ئەگەر ئـەم چەمکانە لە ژیان دابـبڕێـن، ئەوا ژیان وێـران دەبێت.

١٢- منداڵەکانتـان وا فێـر بکـەن ڕێـز لە گـەورەکان و خزم و کەسـەکانتان بگـرن و، دەسـتیان مـاچ بکـەن و، ببنە خۆشەویسـتی ئـەوان، تـا لەبەرامبەردا دوعـای خێریـان بـۆ بکـەن، بەمجـۆرە پەیوەندیـی خزمایەتیش بەهێـز دەبێت.

١٣- لـە هەمووشـی گرنگـتر پـەروەردەی ئایینیـی منداڵەکانە، کـە ئەمەش بـە ئەنجامدانـی پەرستشـەکان و خوێندنـەوەی پەرتـووك و نواندنـی خـوو و ڕەوشـتی جـوان بەدەسـت دێـت، واتـە پێویسـتە ژیانیـان لەسـەر تـەوەری بیروبـاوەڕ بنیـات بنرێـت.

لـەم بارەیـەوە بەدیعوززەمـان دەڵێـت: «باوەڕ بـە ڕۆژی دوایی چـووە هەر ماڵێکـەوە، ئـەوا یەکسـەر ئەو ماڵە ڕۆشـن دەبێتـەوە ...».

چونکە ئەو هاوسەرانەی بڕوایان بە زیندووبوونەوەی دوای مردن و، هاوەڵێتیی دوارۆژیان هەیە، هاوبەشی و پەیوەندییان لە دڵە تەسکەکەی دونیادا جێی نابێتەوە و، هاوڕێیەتییان پەیوەست نابێت بە ژیانی فانی و کورتخایەنی دونیاوە و، هەردووکیان دەزانن کە هاوەڵی هەتاهەتایی یەکترین، بۆیە ئاڕاستەی ژیانیشیان لەسەر ئەم هێڵە دەکێشن و، بەدوای ڕێگاکانی بەئەبەدی کردنی خۆشەویستی و ئەوینەکەیاندا دەگەڕێن.

بە پێچەوانەشەوە، خۆشەویستی و ڕێز و پەیوەندیی نێوان ئەو خێزانانەی باوەڕیان بە ڕۆژی دوایی نییە بە ئاسانی دەهەژێت، چونکە ئەندامی ئەو خێزانەی هیچ کارێکی لەپێناو دەستبەرکردنی ڕەزامەندیی خودادا ناکات و، تەنها تێرکردنی نەفسی خۆی لەبەرچاو گرتووە، بۆ خۆشگوزەرانی خۆی بە سانایی ئامادەی هەموو کارێکە، بێگومان بەم خۆپەرستییەش ئاسوودەیی خێزان لەناو دەچێت.

چەندین ئافرەت و گەنج و منداڵی لەژمارەنەهاتوو بە دەست ئازار و ناڕەحەتیی تەنیایی و پشتگوێخستن و بێ کەسییەوە دەناڵێنن، چونکە لە سەردەمێکدا ین هەر کەس ویستی لێبوو لە هەر ساتێکدا دەستبەرداری ماڵ و منداڵی دەبێت و بەدوای خۆشبەختیی تاکەکەسیدا دەڕوات.

ئەو کەسە وەك ڕۆیشتن دەڕوات، بەڵام ئایا خۆشبەخت دەبێت؟ بڵێیت بیر لەو ژیانە نەکاتەوە کە وێرانی کرد؟ هەر وا بەئاسانی دەتوانێت چاوە فرمێسکاوییەکانی هاوسەر و منداڵەکانی لە یاد بکات؟



ئـەو هەرچەنـدە بیەوێـت سـۆز و بەزەیـی لـە دڵـی دەربـکات، بـەڵام هەر ئاگـری ویـژدان ناخـی دەسـووتێنێت، جـا بـۆ دامرکاندنـەوەی ئـەم ئاگـرەی دەروونیشـی خـوو دەداتـە ڕابـواردن و مـەی خواردنـەوە و خۆمەسـتکردن و، دەیەوێـت دونیـا لەبیـر خـۆی بەرێتەوە!

هەرچەنـدە ڕەنگـە بـۆ ماوەیـەك خەمەكانـی لـە بیـر بـكات، بـەڵام زۆر نابـات هـەر تـێ دەگات ئـەو خۆشـییەی ئـەو بـە دوایدا هـات لـە کۆتاییدا بە ئـازار و ناڕەحەتییەکـی زیاتـری گەیانـدووە، چونکـە ئیتر ئەو ژەهـرەی لەگەڵ هەنگوینـدا خـواردی وردەوردە کاریگەرییەکانـی دەردەکەوێـت و، ئـازارەکان دەسـت پێدەکـەن. هەرچەندە ئەو کەسـە لـەو بارەدا هـەوڵ دەدات خۆی هێور بکاتـەوە و، لەنـاو بـێ هیواییـدا لـە ژیـان هەر بـەردەوام بێـت، بـەڵام نازانێت کـە خۆشـییەکانی ئـەم دونیایە تەنها سـەرابێکن و، ئەگەر پێشـیان بـگات تەنها چێژێکـی کاتییـان لـێ دەبینێـت و، هێنـدە نیـن کە تێریـان لێ بخـوات، دوای ماوەیەکیـش ئـەو خۆشـییانە هەڵدەگەڕێنـەوە و دەبنە ئازارێکی سـەدان جار لە خۆشـییەکە زیاتر.

بـە کورتی؛ خۆشـییە حەرامەکانی دونیـا وەك هەنگوینێکـی ژەهراوی وان، هـەر دوای ماوەیـەك بە ژانەسـك لوولت دەدەن.

بەدیعوززەمـان دەڵێـت: «هەمـوو مرۆڤێـك دونیایەکـی بچووکـی هەیـە، ڕەنگـە ماڵەکـەی بەهەشـتێکی بچـووك بێـت بـۆ ئـەو، بـەڵام ئەگەر ئیـمان بە ڕۆژی دوایـی کاریگـەری لەسـەر خۆشـبەختی ماڵەکـە نەبێـت، هـەر تاکێکی ئـەو خێزانـە بە پێی خۆشەویسـتی و پەیوەندیـی بەو ماڵەوە ئـازار و ناڕەحەتیی دێتـە ڕێ، کە ئەو بەهەشـتەیان لێدەکاتـە دۆزەخ، یاخود بە ڕابواردن و خۆشـی کاتـی عەقـڵ و ژیـری لێ دەسـێنێتەوە و قووتـی دەدات.»

هەروەهـا دەڵێـت: «ئامانجـی ناردنـی مرۆڤـەکان بـۆ سـەر زەوی ناسـینی بەدیهێنـەری گـەردوون و، پەرسـتنیەتی».

ئەگـەر ئـەم ئامانجـە بکرێتـە بنچینـە لـە خێزانـدا و، هـەر نەوەیەکـی خێزانەکـەش لـە داهاتـوودا بیگوازێتـەوە بـۆ خێزانەکـەی خـۆی، ئـەوا ئـەو چەمکـە ئەفسـوناوییەی کە بـە ئاسـوودەیی و کامەرانی ناودەبرێت بە ئاسـانی دەسـت دەخرێـت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"هەر ئافرەتێکی موسوڵمان کە کۆچی دوایی کرد مێردەکەی لێی ڕازی بێت دەچێتە بەهەشتەوە" ترمزی ریوایەتی کردووە.

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"باشترینتان باشترینتانە بۆ ماڵ و خێزانی، منیش لە هەمووتان باشترم بۆ ماڵ و خێزانم" ترمزی و ئیبنو ماجە ڕیوایەتیان کردووە.

"لە خێزانێکدا کە ترسی خوا و باوەڕ بە دوارۆژ هەبێت هەرگیز خیانەت و هەڵسوکەوتی ناشیرین و مەینەتی خێزانی ڕوونادەن".

پرۆفیسۆری خۆبەخش و دکتۆر مەزهەر ئوزمان

"ڕەوشت جوانی و، ڕووگەشیی و، زمان شیرینی، واتە چاکەکردن و دوورکەوتنەوە لە خراپە".

حەسەنی بەصری

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەگەر ژن پێنج فەرزەی نوێژەکانی بکات و، ڕۆژووی مانگی ڕەمەزان بگرێت و، دامێنی بپارێزێت و، گوێڕایەڵی مێردەکەشی بکات، ئەوا پێی دەوترێت لە هەر دەروازەیەکی بەهەشتەوە دەتەوێ بچۆ ژوورەوە"

ئیبنو حەببان ڕیوایەتی کردووە.

19

هەنگاوی نۆزدەیەم

سەرەداوەکانی خۆشبەختی لە هاوسەرداریدا

«بۆ ئەوەی خۆشبەختی لە خێزاندا هەبێت، پێویستە دڵانێکی پڕ ئەوین و خۆشەویستی و نیازپاکی و شیاوی خۆشبەختی هەبن».

دکتۆر ڕۆبێرت باخ

خەیاڵی هەموو لاوێك کە تازە پێی ناوەتە ژیانی هاوسەرداریەوە دۆزینەوە و چێژلێوەرگرتنە لە خۆشبەختی، بەڵام ئەگەر ڕێگاکانی خۆشبەختی نەزانرێن، زۆر جار ئەم گەنجانە بەم ئاواتەیان ناگەن.

دوو کاری سەرەکی هەیە پێویستە ئەوانەی بە دوای خۆشبەختیدا وێڵن بیکەن:

یەکەمیان: دەستخستنی زۆرترین زانیاریە دەربارەی خۆشبەختی و تێڕوانینی پسپۆڕەکان لەبارەیەوە و، خۆپڕچەککردنە پێیان.

دووەمیان: گەڕانە بە دوای ئەو خێزانانەی بە ئاسوودەیی دەژین، تا بزانیت چۆن توانیویانە بەم بارەیان بگەن و چ بنەماگەلێکیان لەبەرچاو گرتووە.

دڵنیام گەر ئەو هاوسەرانەی دەیانەوێت کامەران بژین زانیاریەکان و نموونە زیندووەکان ئاوێتەی یەك بکەن، ئەوا (سەرەداوەکانی خۆشبەختی) یان بەدەستهێناوە و، لێرەش بەدواوە کەوتووەتە سەر تواناکانی خۆیان لە پیادەکردنیاندا.



سەرمداوەكانى خۆشبەختى

١ - هـەوڵ بدەن بەو توانايانـەی هەتانـە قايل بـبن، واتـە بـە دانانـى ئامانجگەلێك كە لە تواناى خۆتان بەدەره خۆتان مەفەوتێنن.

تاكـە هـۆكارى خەمۆكـى و دڵتەنگيـى بـەردەوام ڕازى نەبونـە بـەو بەشـەى كـە لەبەردەسـتدايە و خـوا داويەتـى، ئەمـەش ئەوە دەردەخـات كـە هيـوا و ئاواتەكانـى مـرۆڤ بـێ سـنوورن، چونكـە مـرۆڤ هەرچييـەك بەدەسـت بهێنێـت هێشـتا تێرناخـوات و ناسرەوێـت.

ئـەو كەسانەشـى بەو بەشـەى كـە هەيانە قايـل و دڵخۆش نين گـەر چەند قاتـى ئەوەشـيان چنـگ بكەوێـت هـەر دڵخـۆش نابـن، چونكە خۆشـبەختى نابێـت بـە مـاڵ و سـامان يـان شـوێنێك يـان كەلوپەلێكـەوە گـرێ بدرێـت، بەڵكـو پێويسـتە سـادەترين بـارودۆخ و بەخششـێك ببێتـە هـۆى دڵخۆشـى مرۆڤـەكان، خـۆ ئەگـەر وا نەبێـت ئـەوا هەرگيز بـە درێژايـى تەمەنـى بە هيچ دڵخـۆش نابێت.

لەم بارەيەوە دكتۆر ئەلێكس كارێل دەڵێت:

«بـڕوا ناكەم لـە ژيانمدا دڵخۆش ببـم، چونكە تا ئەو جێيـەش هاتم كە وام بيردەكـردەوە تێيـدا دڵخـۆش دەبم، بـەڵام هەر دڵخـۆش نەبووم، هۆيەكەشـى ئەوەيـە كـە زياتـر و گەورەتر لە بەشـى خۆمم ويسـت و، چاوم بڕيـە بەرزتر، جا بـە هەرچى بگـەم، دووبارە داواى زياتـر دەكەم».

ئـەم وتەيە گرنگيى گەيشـتن بە بەختەوەريى دەردەخات بـەو توانايانەى كە لەبەردەسـتدان، گـەر مرۆڤ بە بەشـى خـۆى قايل نەبێت، بە هـۆى چاو بڕينە بەشـى خەڵكـى دڵتەنگ دەبێت، ئـەم بـێ قەناعەتييەش ناسوپاسـگوزارى لێ دەكەوێتـەوە، لەڕاسـتيدا مرۆڤ مافـى ئەوەى نييـە ناڕەزايى دەرببڕێت لەسـەر

بەدەست نەهێنانی ئەو شتانەی دەیوستن، ڕێسای سەرەکی لە نیعمەتەکاندا ئەوەیە تەماشای خوارووو خۆتەوە بکەیت و، لە کاتی نەهامەتییەکانیشدا تەماشای سەرووو خۆتەوە بکەیت، ڕۆحی مرۆڤ بەجۆرێك دروست نەکراوە بە دونیا قەناعەت بکات، واتە ئەگەر هەموو دونیاشی پێ بدرێت هێشتا داوای زیاتر دەکات، لەبەر ئەمە پێویستە هەوڵ بدەین بە بەشی خۆمان ڕازی بین.

٢- گرنگترین سەرچاوەی کامەرانیی خێزانییشمان ئەوەیە: بیر لەو زاتە بکەینەوە کە ژیانی بە ئێمە بەخشیوە و، سوپاسگوزاری بین. ئەگەر ئەم هەستە لە دڵ و دەروونماندا جێگیر نەبێت، شوێن خۆشییە کاتییەکان دەکەوین و ژیانمان تاڵ دەکەین.

تەنها بە ناسینی بەدیهێنەری گەردوون بە خۆشبەختیی ڕاستەقینە دەگەین، واتە بە بەکارهێنانی هەموو ئەندام و هەستێکمان لە کات و شوێنی خۆیان و بۆ ئەرکی خۆیان، هەروەها بە خاوێن ڕاگرتنی ڕۆح و شکاندنی کۆت و بەندە ماددییەکان دەگەینە ئەم خۆشبەختییە.



خۆشبەختیی ڕاستەقینە ئەو هەستەیە کە لە بەئەنجامگەیاندنی فەرمانەکانی پەروەردگارەوە پەیدا دەبێت و، دڵخۆشیی و کامەرانیی ئەبەدییە.

بەدیعوززەمـان سـەعیدی نوورسـی دەڵێـت: «ئەگـەر چێـژ و لەززەتـی دونیاتـان دەوێـت، ئـەوا ژیانتـان بـە ئیـمان زینـدوو بکەنـەوە و، بە فـەرزەکان بیرازێننـەوە و، بـە دوورکەوتنـەوە لـە تاوانـەکان بیپارێـزن» .

٣- بیرتـان نەچێـت کـە توانـای دارایيتـان تەنهـا دەتوانێـت پێداویسـتییە مادییەکانتـان دابیـن بـکات و، بەختەوەریی ڕاسـتەقینە دابیـن کردنی خۆراکی دڵ و ڕۆحـە.

توانـا ماددیـەکان دابینکـەری پێویسـتییە ماددییەکانـن و، مـاددە و پـارە توانـای فەراهەمهێنانـی پێداویسـتییەکانی دڵ و ڕۆحیـان نییـە، ئاسـودەیی و بەختەوەریـی دڵ و ڕۆحیـش بـە بەهـا مەعنەوییـەکان دێتە جـێ، بەختەوەریی ڕاسـتەقینەش هـەر لـەو بەهایانـەدا شـاردراوەتەوە.

٤- یەکتری قبووڵ بکەن و، زۆر لەیەکتری مەکەن بۆ ئەوەی لە ماوەیەکی کورتدا خۆتان بگۆڕن، ئەگەر نا یەکتری دەڕەنجێنن، چونکە گۆڕینی خوو و ڕەوشت ئیرادە و کاتێکی زۆری دەوێت.

٥- لەگەڵ هاوسەرەکەتدا ببنە دۆست و هاوەڵی یەکتر و، وا بیربکەنەوە ئەم هاوەڵییەتان هەتاهەتاییە، هەر بۆیە لەبەر شتی هیچ و سادە هاوڕێیەتییەکی هەتاهەتایی لەکەدار مەکەن، چونکە ئەندامانی خێزان هەم لە ڕووی ئایینەوە و هەم لە ڕووی ویژدانەوە بەرامبەر یەکتر بەرپرسیارن.

٦- لەگـەڵ یەکـتری بەڕێـز بـن و، لـە هەڵسـوکەوت و مامەڵەکانتانـدا لـە سـنووری خێزانـدا زۆر گرنگـی بەمـە بـدەن.

مەڵـێ: «کـوره هیـچ لـە خێزانەکـەی منـدا ڕوونـادات» و دەسـت بدەیتـە ناماقوڵـی و هەڵسـوکەوتی ناشـیرین، بەڵکـو بەپێچەوانـەوە، تـا دەتوانیـت زۆرتریـن ڕێـز و نـەوازش لەبەرامبـەر ئەندامەکانـی خێزانەکەتـدا بنوێنـە.

کاتێـك قسـە لەگـەڵ یـەك دەکـەن وەها قسـە بکـەن کـە لەگەڵ کەسـێکی زۆر ڕێـزدار و مەزنـدا قسـە دەکـەن، نـەك لەگەڵ کەسـێکی ئاسـاییدا.

٧- ئـەو بابەتانـە مەوروژێنـن کـە بەرامبەرەکەتـان پێیـان هەسـتیارە و پێیان نارەحـەت دەبێت.

دەشێت هاوسەرەکەتان لە پشیلە و، مشك و، مار بترسێت، دەی تۆش لای ئەو باسی ئەم شتانە مەکە، هەندێ تایبەتمەندیی وەك ترسان لە تاریکی یاخود تەنیایی مەکەنە ئامرازێك بۆ گاڵتەکردن بە بەرامبەرەکەتان، چونکە بەمە بەرامبەرەکەتان زۆر زویر دەکەن.

٨- شەڕ و دەمەقاڵێ کۆنەکان لەبیر بکەن، چونکە یادکردنەوەی ساتە بێزارکەرەکان هیچ سوودێکی بۆتان نابێت.. دووبارە و چەندبارە: «ئەوجارەش من لەسەر هەق بووم و، هەڵەی تۆ بوو!» مەدەنەوە بەچاوی یەکدا، بەم باس گەرمکردنەوانە تەنها یەکتری بێزار دەکەن، بە خەمبار بوونیش ئەو ڕۆژە ڕەشانە ناگۆڕدرێن، کەواتە ئەو وزەیەی لە کێشە کۆنەکاندا بە بایدا دەدەن، بۆ چارەسەری کێشەکانی داهاتووتانی هەڵ بگرن.



٩- پەند لە ئەزموونە تاڵەکانتان وەربگرن، هەموو ڕووداوێکی ناخۆش و خراپ بۆ سوودی خۆتان وەربگێڕن و بیکەنە وانەیەکی باش بۆ ژیانتان و دووبارەی مەکەنەوە.

١٠- لە بەرامبەر یەکدا سینە ساف بن و بە هیچ جۆرێکیش هیچ بابەتێك لەیەکتری مەشارنەوە، ئەگەر هەر باسێکی گرنگ هەبوو لە کاتی خۆیدا باسی بکەن تا دڵسافی و ڕاستگۆییتان بە دیار بکەوێت، چونکە ئەگەر بیشارنەوە و لە دواتردا ڕوون ببێتەوە ئەوا دەرەنجامەکەی زۆر خراپ دەبێت.

١١- لەسەر هەڵسوکەوتە نارێك و هەڵەکان یەکتری تاوانبار مەکەن و ئاگری شەڕ هەڵمەگیرسێنن، ئەوەش بزانن کە هەر یەکەتان هەڵسوکەوت و خووی باشتان هەیە، بۆ هەڵەکانیشتان: بەیەکەوە دابنیشن و بیر لە ڕێگەچارەیەك بکەنەوە بۆیان، تا دووبارە نەبنەوە.

١٢- لەبەرامبەر هەڵسوکەوتە هەڵەکانتاندا داوای لێبوردن بکەن و، ئەگەر خوویەکی خراپتان هەبوو ئەوا بێگومان هەوڵی چاککردنی بدەن و، بەزووترین کات ئاڕاستەکەی بگۆڕن، چونکە بەم هەوڵ و نییەت پاکییەتان دڵی یەکتری نەرم دەکەن و، زیاتر یەکتان خۆشدەوێت.

١٣- كارێـك بكـەن ئـەو كەسـە بـن كـە لـە خەياڵـی هاوسـەرەكەتاندايە، ئەگـەر نەشـتانتوانی خۆتـان بەوجـۆرە بسـازێنن بـێ هيـوا مەبـن، چونكـە يەكـەم بەربەسـتی سـەركەوتن بـێ هيواييـە، كەواتـە هەميشـە ئومێـدەوار بن.

١٤- ژيانتـان بـە گوێـرەی تواناكانی خۆتان ئاڕاسـتە بكەن نـەك بە گوێرەی تواناكانـی خەڵـك، چونكە ئەگـەر واقيعبين بن تووشـی بێهيوايی نابن.

١٥- مەبە هۆی دڵتەنگبوونی هاوسەرەكەت، ئەگەر هەڵسوكەوتێكی خراپی لەبەرامبەر نوانديت، ئەوا لەبری تۆڵە و بەرپەرچدانەوە؛ بە هەڵسوكەوتێكی جوان شەرمەزاری بكە، بەڵام ئەمەش بەجۆرێك نەبێت هەڵسوكەوتەكەی بە ڕوودا بدەيتەوە، بەڵكو هەڵسوكەوتێكی جوان و ئەرێنيی وا بنوێنە كە دەرست لێوە فێربێت، چونكە ئەمە كاريگەرترين ورياكردنەوەيە.

١٦- تەماشای ئەو خێزانانە بكەن كە بارودۆخيان زۆر لە ئێوە خراپترە و، لەو كەسە بارگرانانە بڕوانن و شوكرانەبژێر بن لەسەر حاڵی خۆتان بن.

١٧- هـەوڵ بـدەن ژيانێكـی موسـوڵمانانە بگوزەرێنـن و، بـە خوێندنەوەی بابەتـە ئيمانييـەكان ڕۆح و دڵتـان پـێ بگەيەنـن، چونكـە لـەم سـەردەمەدا بەئاشـكرا هەسـت دەكرێت چـۆن خوێندنـەوەی بابەتە ئيمانی و زانسـتييەكان بوونەتـە هـۆی ئاسـوودەيی دڵ و دەروون و ڕزگاركردنی تاكەكان و خێزانەكان لـە گيروگرفتـە مەعنەوييەكان.

١٨- بير بكەنەوە لەوەی ئەم دونيايە مەيدانی تاقيكردنەوەيە و خۆشـبەختيی ڕاسـتەقينە لـە دواڕۆژدايە و، گشـت ئـەم ناخۆشـيانەش پاداشـتێكيان بۆ هەيە و، ئـارام بگـرن لەسـەريان، چونكە ئەگـەر بەمجۆرە لـە بابەتـەكان بڕوانن ئەوا توانـای ئارامگرتنتـان زياد دەكات و زياتـر بەرگە دەگرن.

١٩- بەڕێـز و ميهرەبـان بـن لە ئاسـت بەتەمەنەكاندا، تا دوعـای خێرتان بۆ بكـەن، چونكـە نزای ئەوان ئاسـوودەيی و بەرەكـەت دەڕژێنێتە ماڵەوە.

٢٠- خۆتـان بـۆ پەروەردەكردنـی منداڵ ئامـادە بكەن و، هـاوكاری يەكيش بن لەو بـوارەدا.

٢١- لـە خێزانـدا گرنگـی بـە خـوو و ڕەوشـت بـدەن و، بە هەڵسـوكەوتی نموونەيـی خۆتـان بڕازێننەوە.

٢٢- هاوەڵێتيـی ئـەو كەسـانە بكەن كە بـە ئەزموونن و خوو و ڕەوشـتێكی

بەرزیشـیان هەیـە و، هەوڵ بدەن سـوودیان لـێ وەربگرن.

٢٣- سـوود لـە ئەزموونـی خێزانەکانی دیکـە وەربگرن بۆ ئاسـوودەبوونی خێزانەکەتان.

٢٤- پێکـەوە نـان بخـۆن، لە کاتـی نانخواردنیشـدا ئادابەکانـی نانخواردن فەرامـۆش مەکـەن، ئەگـەر نـا دەبنـە نموونەیەکی خـراپ بـۆ منداڵەکانتان.



٢٥- بە ناوی خوا دەست بە نانخواردن بکەن و، مۆڵەت وەربگرن بۆ هەستان و سوپاسی کابانیش بکەن.

٢٦- زۆر گرنگـی بـە پاکوخاوێنـی بـدە، بـە تایبەتیـش لـە کاتـی چوونـە تەوالێـت و گەرمـاو، ئەگەرنـا ئەندامانـی تـری خێـزان یـا خەڵکـی بێـزت لـێ دەکەنـەوە.

٢٧- بـــێ مۆڵـــەت تەماشــــای کەلوپەلەکانـــی ئەندامانی تری خێزانەکـــەت مەکە و، بەکاریـــان مەهێنە.

٢٨- لە گاڵتەوگەپی شکێنەر و لەکەدارکەر دووربکەونەوە.

٢٩- کاتێـك زۆر تـوورە دەبـن هـەوڵ بدەن بـە تەنیا بمێننـەوە، یاخود بچنە دەرەوە، یـا دەوروبەرەکەتان نەڕەنجێنن.

٣٠- زووزوو دیـاری بـۆ یەکـتری بکـڕن و، هـەر دەرفەتێکتـان بـۆ هەڵکـەوت بیسـەلمێنن کـە گرنگـی بـە یەکـتری دەدەن.

بیرتان بێت کەشی خێزانیی نائارام، دونیاتان لێ دەکاتە دۆزەخ و، بەتەوای دەبێتە کارەسات بۆتان، کەشیی سەقامگیرانەی خێزانی بەختەوەریش، بەهەشتی دونیایە، چونکە لەوێدا بە ئاسوودەیی دەگەن و، ئۆقرە دەگرن و، فشارەکانتان لەسەر کەم دەبنەوە.

ژینگەی خۆشەویستی و ڕێز ئاسوودەیی و خۆشی بە دڵەکان دەگەیەنێت، ئەمڕۆ کۆمەڵگە زۆر پێویستی بەمجۆرە خێزانانە هەیە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"باشترینی ئەو پارەیەی کە کەسێك خەرجی دەکات، ئەوەیە بۆ خێزانەکەی خۆی خەرجی بکات".

موسلیم ڕیوایەتی کردووە

"ئەگەر بزانن گوێ بگرن، ئەوا گوێ بۆ قسەکانی ئێوەش دەگیردرێت".

پلوتارك

"ئافرەت بە خزمەتکردنی هاوسەرەکەی دڵخۆش دەبێت، بەڵام پێویستە هاوسەرەکەشی منەتباری ئەم خزمەتەی ئەو بێت"

سیمۆن دی بیاڤێر

20

هەنگاوی بیستەم

«کاتێك بۆ گفتوگۆ و ڕاوێژ» لە خێزانەکەتاندا دیاری بکەن

«لە هەر خێزانێکدا کێشەکان بە گفتوگۆ چارەسەر بکرێن، کەشێکی گەرموگوڕ دێتەکایەوە و، خۆشەویستی و ڕێز زیاد دەبێت، لەو خێزانانەشی کە گفتوگۆیەکی ئەوتۆ نییە لە نێوانیاندا، دەمەقاڵێی زۆر پەیدا دەبێت و، ڕق و کینەیان بەرامبەر بە یەکتری لا دروست دەبێت و پەرەدەسێنێت».

پرۆفیسۆر و دکتۆر ئیبراهیم جانان

یەکێـك لـە مامۆسـتا دونیادیدەکانـی قوتابخانەکەمـان، ئەزموونـی خـۆی دەربـارەی بابەتەکانـی پەیوەسـت بـە خێزانـەوە بـۆ بـاس دەکردیـن و دەیوت:

«یەکێـك لـە هۆکارەکانـی نائارامیی خێزان قسـە لەگەڵ یـەك نەکردنە، هەر کەشـێکی گـرژ لـە نێـوان هاوسـەرەکاندا هەبێـت بە گفتوگـۆ پـەرژ دەبێت و، کەشـێکی ئارام جێـی دەگرێتەوە.

کاتێـك کـە دەچنـەوە ماڵـەوە زۆر لـە خۆتـان بکـەن کـە لەگـەڵ خێـزان و منداڵەکانتانـدا قسـە بکـەن، ئـەو کات دەبینـن کـە ساردوسـڕیی ماڵەکەتـان چـۆن دەگۆڕێـت و پەیوەندییەکـی گـەرم پەیـدا دەبێـت لـە نێوانتانـدا.».

ئـەو وتانەی مامۆسـتاکەمان دەربـارەی هاوسـەرداری، بۆ ئاسـوودەبوونی خێـزان زۆر گرنگن.

هاوسـەرەکان دوای ماندووبوونیـان لـە کاری ڕۆژانەیانـدا، کەمێـك بـە ڕووگرژییـەوە دەگەڕێنـەوە بۆ ماڵ.. ڕۆژگار کێشـە و پێویسـتیی زۆر لەبەردەم هەر کەسـێکدا دادەنێت، بەڵام هیلاکی و مەشـغوڵ بوون کەشـێکی دەروونیی وا دەهێننەکایـەوە کە ناتوانن بەو کێشـە و پێویسـتییانەیان ڕابگەن، بۆیە قسـەی ڕەق و دڵشـکێن بـە یـەك دەڵێن، جا بـۆ ئەوەی یەکـتری نەڕەنجێنـن وا بە باش دادەنێـن کە قسـە نەکـەن، بـەڵام ئـەم ڕێگایـە ساردوسـڕی و ڕووگرژییەکەیان زیاتـر دەکات، چونکـە ئەگـەر پێکـەوە قسـە نەکـەن ئـەوا کێشـەکان هـەر لـە ناخـی خۆیاندا بـە چارەسـەرنەکراوی دەمێننەوە.

بۆ پێشگرتن لە ڕووگرژی و پەیوەندیی زبر لە خێزاندا پێویستە «گفتوگۆ» بکرێت، بە جۆرێك کە هەموو ڕۆژێك کاتێك بۆ قسەکردن دیاری بکەن و، هەریەکەیان چی دەوێت و بیری لای هەرچییەکە بیخاتە ڕوو.

ئـەو خێزانانـەی گفتوگۆیـان تێدایـە زۆر لـە کێشـەکان سـەرکوت دەبنـەوە تێیانـدا، لانـی کـەم هاوسـەرەکان دەتوانـن باشـتر لەیـەك تێبگەن.

بۆچی دروستبوونی کەشی ڕاوێژپێکردن لە خێزاندا گرنگە؟

١- بزانـن، ئەگـەر کێشـەکانی خێزان لـە کاتـی خۆیاندا چارەسـەر نەکرێن ئەوا کێشـەی دیکەیـان لـێ دەکەوێتەوە.

٢- بیرتان نەچێت: کێشەکان بە گفتوگۆ چارەسەر دەکرێن.

٣- بـە هاریکاریـی دایـك و بـاوك پێکـەوە دەتوانرێت کێشـەکان بەتەواوی چارەبکرێن.

٤- ئەو بنەمایانەی ئەندامەکان لە خێزاندا لە یەك نزیك دەکەنەوە و ڕێز و خۆشەویستی لە نێوانیاندا دروست دەکەن: ڕووخۆشی و لێبوردەیی و سۆزن، ئەمانەش بە گفتوگۆیەکی شیرین و پەیوەندییەکی گەرموگوڕ پەیدادەبن.

٥- کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە هەوڵ بدەن بابەتی گفتوگۆیەك بوروژێنن، ئیتر باسی هەرچی دەکەن سەربەستن.

٦- کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە شتێك ببەنەوە کە دڵی هاوسەرەکەتان و منداڵەکانتانی پێ خۆش ببێت، جا گوڵێك دەگرن بەدەستتانەوە، یان کتێبێك بە دیاری دەبەنەوە، یان دیارییەکی بچووك بەتایبەتی لە ڕۆژە تایبەتەکاندا، وەك

یادی لەدایك بوون و جەژن و بۆنەکان.

٧- بەیەکەوە نان بخۆن. با گشــت خێزانەکە لەســەر ســفرە کۆببنەوە، ئیدی لــەو کاتــەدا لە کێشــەکانی خێزانەکــەت و منداڵەکانت بپرســە و، نیشــانیان بدە کە باوکێکــی میهرەبانی.

٨- هــەر کاتێــك دەگەڕێنــەوە بــۆ ماڵــەوە دەســت بەســەری منداڵەکانتانــدا بهێنن و ماچیان بکەن و لە ئامێزیان بگرن، ئەمە نیشــاندەری خۆشەویســتییەکی زۆرە لای منداڵ.

٩- لــە پــاش نانخواردنــەکان ســاتێك بــۆ چا یــان قــاوە خواردنــەوە لەگەڵ خێزانەکەتــان کۆببنــەوە و گفتوگۆیەکــی شــیرین بســازێنن.

١٠- زۆر خۆتــان لــە گەرمکردنــەوەی ڕووداوە ناخۆشــەکان و، وتــەی هەســت بریندارکــەر و، شــەرمەزارکردنی بەرامبەرەکەتــان بپارێــزن.

١١- خۆتان لەو گاڵتانەوە وەرمەدەن کە بەرامبەرەکەتان دەڕەنجێنن.

١٢- زۆر هەوڵ بدەن دڵی هاوســەرەکەتان نەشــکێنن، هەمیشــە باسی کارە باشــەکانی و هەوڵــە بێوچانەکانــی بکــەن و، بڵێن کە چەند دایکێکی باشــە.

١٣- ســەرکەوتنەکانی منداڵەکانتــان -ئەگــەر بچووکیــش بــوون- بــە گەورە بــاس بکــەن و هانیان بــدەن، بەڵام شکســت و نشوســتییەکانیان زۆر مەدەنەوە بەچاویاندا.

١٤- بەرنامــەی کتێــب خوێندنــەوە دابڕێــژن، بــۆ نموونــە لــە هەفتەیەکــدا جارێــك یــان دوو جــار کۆببنــەوە و، دەســت بدەنــە بابەتێکــی زانســتی یــان ئایینــی و، گفتوگــۆی لەســەر بکــەن و، هــەوڵ بــدەن شــتێکی نــوێ فێرببــن.

١٥- لــە ماڵــەوە نوێژەکانتــان پێکــەوە بکــەن، ئەمــە ئەندامانــی خێزانەکــە بەیەکــەوە دەبەســتێتەوە و پەیوەندییەکــی مەعنەویــی لــە نێوانیانــدا دروســت دەکات.

١٦- بەتایبەتــی گرنگی بــە وانەکانی منداڵەکانتان بــدەن، گوێیان بۆ ڕادێرن کاتێك باســی قوتابخانەکەیانتان بۆ دەکــەن و، یادەوەرییەکانیان بنرخێنن.

١٧- زووزوو بچنــە ســەردانی خــزم و کــەس و دۆســتەکانتان، بەمجــۆرە کەمێــك لــە بــار قورســی کێشــەکانی ژیانتــان ڕزگارتــان دەبێــت.

زیادبوونـی ڕێـز و خۆشەویسـتیی نـاو خێـزان و، بەهێزبوونـی پەیوەندیی نێـو تاکـەکان و، دروسـتبوونی هاوبەشـیی و یەکڕیـزی بنەماگەلێکـی زۆر گرنگـن بۆ خۆشـبەختی خێزان، بـۆ پەیدابوونـی ئەمانەش گفتوگـۆی خێزانی ڕۆڵێکـی بەرچـاوی هەیە.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"شیرینترین گفتوگۆ، گفتوگۆی نێوان هاوسەرەکانە، چونکە وتەکانیان لە دڵەوە دەردەچێت و، فێڵ و درۆی تێدا نییە".

جونەید ئارکن

"هیچ هێز و خۆشییەك نییە بگاتە ئاستی تێڕوانینە دڵسۆزانەکانی دوو هاوسەر بۆ یەکتری و، وتە شیرین و، دیارییە جوان و، دەستلێدانە هەست بزوێنەکانیان".

تۆماس کاریل

"مرۆڤ تەنها لە ماڵی خۆیدا مەزنترین دەستەڵاتداری دونیایە".

ئێلسی ڕۆبینسۆن

21

هەنگاوی بیست و یەکەم

پێویستە کاردابەشکردن لە خێزاندا چۆن بێت؟

«دابەشکردنی کار لە خێزاندا واتە هێز و پاڵپشتی بەیەك دان، چونکە ئەرکی خێزان چەندێك لەلایەن ئەندامانییەوە بەهاوبەشی لە ئەستۆ بگیردرێت، هێندەش پاڵپشتییەکی شیرین و هەرێمێکی خۆشەویستیی درێژخایەن دروست دەبێت».

پرۆفیسۆر و دکتۆر هالوك یاڤوزێر

ڕۆژێك بۆ جەژنە پیرۆزە چوومە ماڵی یەکێك لە هاوسێ بەڕێزەکانمان.

کوڕی گەورەی ماڵەکە لە بەردەرگا بەخێرهاتنی کردم و پێشوازیی لێ کردم، دواتر دایکی و باوکی هاتن بۆ بەخێرهاتنم و لە ژوورێکی زۆر سادەدا دانیشتین.

منداڵە هەرە بچووکەکەیان نقوڵی گێڕا و، منداڵێکی دیکەشیان چا و قاوەی بۆ گێڕاین.

سیستمێکی ڕێکوپێك و جوان لەو ماڵەدا کارا بوو، هەمووان زۆر بەباشی کاری خۆیان دەزانی و، چەند کەسێك تاوی یەك کاریان نەدەدا و، کەسیش لەسەر کەس نەدەوەستا.

پاش باس و خواسی جەژن و جەژنەپیرۆزە پرسیاری نهێنیی ئەم ڕێکوپێکییەی ماڵەکەم لە خاوەن ماڵ کرد، ئەویش وتی:

- ئێمـە هەریەکەمـان ئەرکـی خۆمـان هەیـە، بـەڵام لـە کاتـی پێویسـتدا هاوکاریـی یـەك دەکەیـن.

- واتە ئێوە کارەکانتان لە نێوان خۆتاندا دابەشکردووە؟

- بەڵـێ، دەکرێـت وا بڵێـن، بـەڵام ئـەم کاردابەشـکردنەی ئێمـە وا نییـە کە هەرکـەس بـەس کاری خـۆی بـکات و گـوێ نەداتـە ئەوانـی تـر، بەڵکـو بـە تێگەیشـتنی: «منیـش بەکەسـێك حسـابم و، ئەرکـی خـۆم هەیـە و هـاوکاری خێزانەکەمـم» کارەکانمـان دەبەیـن بەڕێـوە.

بەمجـۆرە هەم هەسـتی بەپرسـیاریەتی لـە منداڵەکاندا دروسـت دەبێت و، هـەم کارەکانیش دەچـن بەڕێوە.

ئـەم وتانـەی ئـەم بەڕێـزە زۆر بەبایـەخ بـوون، کاربەشـکردن بـە پێـی خۆشەویسـتی و هـاوکاری و یاسـا نموونەیەکـی تایبەتـە بـۆ زۆرینـەی خێزانەکانـی ئەمڕۆمـان کە ئەندامانیـان هیچ هەماهەنگییەکـی وا پەیڕەو ناکەن.

بوونـی بەرپرسـیاریەتی دیاریکـراو بـۆ هـەر ئەندامێکـی خێـزان و، یارمەتیدانـی یەکـتری لە کاتی پێویسـتدا، هەماهەنگییەکی جوان دەسـازێنێت، جـا ئەگـەر داپیـرە و باپیـرەش بەشـداربن لەمـەدا ئـەوا ڕێکوپێکییەکـی بێوێنە لـەو ماڵـەدا پەیـدا دەبێـت.

پێویستە کارەکان چۆن لە خێزاندا دابەش بکرێن؟

بێگومان لە داڕشـتنی سیسـتم و ڕێسـای ماڵ بەڕێوەبردندا هـەر ئەندامێکی خێزان بەرپرسـیاریەتیی خۆی دەبێت، بە شـێکی زۆری بەرپرسیاریەتییەکانیش دەکەوێتە سـەر شـانی دایك و باوك، داپیرە و باپیـرەش جارجارە هاوکار دەبن، منداڵـە گەورەکانیـش لـە ئەرکـی بەخێوکردنی خوشـك و بـرا بچووکەکانیاندا بەشـدار دەبن، بە واتایـەك بەمە دەوترێت دابەشـکردنی کار.

دەکرێت کارەکانی خێزان بەمجۆرە بە شێوەیەکی نموونەیی دابەش بکرێن:

کارەکانی باوك:

١- بـاوك لە خێزاندا دەوری دەسـتەڵاتدار دەبینێـت و، بەڕێوەبردنی خێزانی لەئەسـتۆدایە، ئاڕاسـتەکردنی منـداڵ بـەرەو خەونەکانـی داهاتـووش ئەرکـی

باوکـە، ئـەم ئەرکـەی بـاوك لـە ڕووی پەروەدەکردنـی منداڵـەوە زۆر گرنگـە..
پێویسـتە پشتبەسـتنی بـاوك بەم دەسـتەڵاتە نـە زۆر و نە کەمیش بێـت، چونکە
ئەگـەر بـاوك زۆر فشـار بـکات ئـەوا پێـش بـە گەشەسـەندنی منداڵـەکان
دەگرێت.



٢- منداڵ لەڕێی هەڵسوکەوتەکانی باوکییەوە لە زۆر شت
تێدەگات، بۆ نموونە لە دەستەڵاتی باوکییەوە لە چەمکی
سەربەستی دەگات و نرخی دەزانێت، لە لایەکی دیکەوە
دەسەڵاتی باوك ڕەنگپێدەرەوەی یاساکانی کۆمەڵگەیە،
باوك هەندێك شت قەدەغە دەکات و منداڵیش
بە گوێرەی ئەوە هەڵسوکەوتەکانی ڕێك دەخات،
بەمەش هەم لە ئازادی تێ دەگات و هەم
دەزانێت قەدەغەکراوەکانیش چین و، فێری
جیاوازیکردن لە نێوانیاندا دەبێت، واتە کاتێك
هەڵسوکەوتەکانی سنووردار دەکرێن لە چەمکی
ئازادی دەگات.

٣- دەسـتەڵاتداربوونی بـاوك پێویسـت بـەوە
نـاکات تـووڕە و بەزەبـر بێـت، باوکی بـاش ئەوەیـە خۆشەویسـتی لەبەرامبەر
منداڵەکانیـدا دەنوێنێت و، لەو لاشـەوە بـۆ پەروەردەبوونیان بەپێی پێویسـتیش
تونـدی دەنوێنێـت، ڕاگرتنـی هاوسـەنگییش لەم بـارەدا زۆر گرنگـە، هەروەك
زیادخواردنـی دەرمـان نـەك سـوودی بـۆ نەخـۆش نابێـت بەڵکـو زیانیشـی
دەبێـت، بەوجـۆرەش زۆر بەزەبـر بوون لەبەرامبـەر هەڵسـوکەوتەکانی منداڵدا
ڕێگـە بـۆ سـەرهەڵدانی کێشـەی دیکە خـۆش دەکات.

٤- ئەگـەر دەسـەڵاتی بـاوك زیـاد لـە پێویسـت بـوو، ئـەوا منداڵـەکان
-بەتایبەتیـش ئەوانـەی کـە زۆر هەسـتیارن- زیانیـان بەردەکەوێـت.

منداڵـی هەسـتیار ئـەو منداڵانـەن کـە بیر لـە هەموو شـتێك دەکەنـەوە و،
ژیـر و هەستناسـکن، ئـەم منداڵانـە ئەگـەر بکەونـە ژێـر فشـارەوە کەسـێکی
گۆشـەگیریان لـێ دەردەچێـت، بۆیـە زۆر پێویسـتیان بـە یارمەتـی هەیـە.

ئـەم منداڵانـە هەڵسـوکەوتی تونـدی باوکیـان هەمیشـە لـە خەیاڵـدا

دەمێنێتـەوە و، لـە قۆناغـی هەرزەکاریانـدا، کـە مـاوەی دروسـتبوونی کەسـایەتییە، مەترسـیی زۆری دەبێـت بۆیـان.

٥- پێویستە بـاوك پێویسـتییەکانی هـەر تەمەنێکـی منـداڵ بزانێـت و هەڵسـوکەوت و بڕیارەکانی بەوجـۆرە ڕێك بخات، هەر لەبەر ئەمەیە پێویستە بـاوك خـاوەن پەروەردەیەکی زانسـتیی باش بێت، خۆ ئەگـەر زانیارییەکی وای نەبـوو، ئـەوا با هـەوڵ بـدات هەڵسـوکەوتەکانی منداڵەکـەی لەگـەڵ منداڵیی خۆیـدا بـەراورد بکات.

٦- بـاوك، یەکـەم کەسـی بەرپرسـە لـە پەروەردەکـردن و پێگەیاندنـی منداڵـەکان و، پێویسـتە بزانێـت کە ڕۆڵی ئەو لە گەشەسـەندن و دروسـتبوونی کەسـایەتیی منداڵەکەیـدا زۆر گرنگـە.

٧- پێویسـتە بـاوك لـە کاتـی پێویسـتدا لەگـەڵ منداڵەکـەی وەك هاوڕێیەك بچێتە دەرەوە بۆ شـوێنی جۆراوجۆری وەك مۆزەخانە، یان شـانۆگەری، یاخود ڕاوەماسـی. لـە هەندێ کاتیشـدا پێویسـتە ئەنجامدانی هەندێك کاری ئاسـان بـە منداڵەکـەی بسـپێرێت تـا هەسـتی بەرپرسـیاریەتی و متمانەبەخۆبوونی لا دروسـت بکات.

٨- پێویسـتە بـاوك وەك هاوڕێیـەك بـێ بێزاربـوون وەڵامـی پرسـیارەکانی منداڵەکـەی بداتـەوە. پێکەوەبوونـی بـاوك و منـداڵ لەکاتـی بـێ کاریانـدا و بوونـی چالاکییـە هاوبەشـەکان دەبێتە هۆی ئـەوەی زیاتر لەیەك نزیـك ببنەوە و بـە کەسـێتیی یـەك ئاشـنا بـبن. تەنهـا بەمجـۆرەش ڕێـز و خۆشەویسـتی لە نێوانیانـدا دروسـت دەبێـت و، منداڵەکـە کەسـێکی دڵخـۆش و، کامـەران و، سـەرکەوتوو و، متمانەبەخۆبـوو و، بەرپرسـیار و، خـاوەن کەسـایەتییەکی تەندروسـتی لـێ دەردەچێـت.

٩- پێویسـتە بـاوك زۆر خـۆی بـەدوور بگرێـت لـە بەکارهێنانـی وشـەی ناشـیرین و زللـە و لێـدان و هـەر هەڵسـوکەوتێکی ناشـیرین لـە خێزانـدا.

ئەرکی دایك:

١- پێویسـتە دایـك بـۆ پەروەردەکردنـی منداڵەکانی بە شـێوەیەکی زانسـتی بـاش خـۆی پێگەیاندبێت.

٢- پێویسـتە دایـك وریـای نەش و نمای منداڵەکانی بێـت و وریای خەو و

خـواردن و پاکڕاگرتنیان بێت و لە کاتی خۆیدا بە پێویستیی منداڵەکانی ڕابگات.



٣- ئەگەر دایك لە دەرەوەی ماڵیش کاری دەکرد، ئەوا باشترە تا منداڵەکەی دەگاتە سێ ساڵان دەست لە کارەکەی هەڵ بگرێت، چونکە ئەو سێ ساڵە بۆ پتەوبوونی پەیوەندیی نێوانیان و پەروەردەبوونی منداڵەکە بە شێوەیەکی تەندروست زۆر گرنگن.

٤- ئەگـەر هـەر ناچـار بـوو کار بـکات، ئـەوا لـە کاتـی گەڕانەوەیـدا بـۆ ماڵـەوە پێویسـتە گرنگـی تـەواو بـە منداڵەکەی بـدات، جگە لەوەش پێویسـتە لـە کۆتایـی هەفتـەدا کاریگەریـی ئـەو دابڕانـەی تـەواوی هەفتەکـە لـە بیـری منداڵەکـەی بباتـەوە.

٥- ئەگـەر دایـك بزانێـت منداڵەکـەی بوونەوەرێکـی ئـازادە و بـە بێ زۆر لێکـردن خۆشەویسـتی و ڕێـز لەناخیـدا بچێنێـت، ئـەوا منداڵێکـی ڕەوشـت بـەرز و بەختـەوەر پـەروەردە دەکات.

٦- لـە پەیوەندیـی سـەرکەوتووی نێـوان دایـك و منداڵـدا پێویسـتە دایـك ببێتـە هاوڕێـی منداڵەکـەی و، ئارام و لێبـووردە بێت بەرامبـەری و، داواکارییە گونجاوەکانـی بـۆ بێنێتـە جێ و هەڵەکانیشـی بە شـێوەیەکی جوان بۆ ڕاسـت بکاتەوە.

٧- پێویستە دایك بزانێت کە دەبێت داڵدە و پەناگەی منداڵەکەی بێت و لە ڕاپەڕاندنی کارەکانیدا هاوکاری بێت.

٨- دەبێـت دایـك منداڵەکـەی بـە شـێوەیەك پـەروەردە بکات کـە بتوانێت خـۆی بپارێزێـت و، هەسـتی پشـت بەسـتنی بـە یەکێکی تـر لـە لا بگەیەنێتە نزمترین ئاسـت.

٩- لەگەڵ ئەوەی پێویستە دایك ئاگاداری ژیانی منداڵەکەی بێت، بەڵام دەبێت ئەوەش قبوڵ بکات کە منداڵەکەی ژیانێکی تایبەتی خۆی هەیە و، خوێندنەوەی دەفتەری یادەوەرییەکانی و، گوێگرتن بۆ قسە و گەڕان بەدوای نهێنییەکانیدا کارێکی ڕاست نییە.

١٠- پێویستە دایك خۆی لە منداڵەکانی نزیك بکاتەوە و، ڕێزیان لێ بگرێت و، هاوکاریان بێت و، وزەی بوێرییان پێ ببەخشێت.

لە خێزاندا پێویستە باوك هاوکاری دایك بێت و دایکیش هاوکاری باوك بێت، بەڵام نابێت لەبری یەکتری ئەرك بەجێ بهێنن".

جۆرج هێربێت

١١- نابێت دایك وا بزانێت کە لە پەروەردەکردنی منداڵدا هەموو شتێك دەزانێت، بەڵکو پێویستە زۆر بە چڕوپڕی خۆی بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانی ئامادە بکات.

ئەرکی منداڵەکان:

١- بۆ دروستبوونی هەستی بەرپرسیاریەتی و متمانەبەخۆبوون لە منداڵدا پێویستە چەند ئەرکێکی لە خێزاندا پێ بسپێردرێت.



٢- بۆ نموونە پێویستە چاودێریکردنی گوڵەکانی ماڵەوە بۆ منداڵەکان جێ بهێڵدرێت.

٣- وا باشترە منداڵەکان بچن بۆ کڕینی نان و سەوزە و پێویستییە سادەکانی ڕۆژانە.

٤- پێویستە داوایان لێ بکرێت کەلوپەلەکانیان ڕێك بخەن و، ژوورەکەیان پاك بکەنەوە و جێ و نوێنەکانیشیان ڕێك بخەن.

٥- دەبێت بەشداربن لە پێشوازیکردن لە میوانەکان و، چا و قاوە بگێڕن و خزمەتی میوانەکان بکەن.

٦- دەبێت ئامۆژگاری بکرێن تا پارەیان بە فیڕۆ نەدەن و، کەلوپەلەکانیان بەجوانی بەکاربهێنن و، کارەکانیان بە ڕێسا بەرن بەڕێوە.

٧- کاتێك هێندە گەورە بوو کە لەبارەی داهاتوویەوە چاوکراوە بێت، ئەوا پێویستە لە بوارێکدا کە خۆی ئارەزووی لێ بێت کار بکات، تا بە واقیعی ژیان ئاشنا ببێت.

لە خێزاندا، هەر تاکێك خاوەن ماڵە، بۆیە پێویستە هەر تاکێکیش ئەرکێکی هەبێت.

حەمدی تانپنار

٨- پێویستە دەستکاری ئەو پارەیە نەکرێت کە تایبەتە بە منداڵەکە، بەڵکو دەبێت ئامۆژگاری بکرێت تا بەپێی پێویستی خۆی بە شێوەیەکی گونجاو بەکاریبهێنێت.

ئەرکەکانی داپیرە و باپیرە:

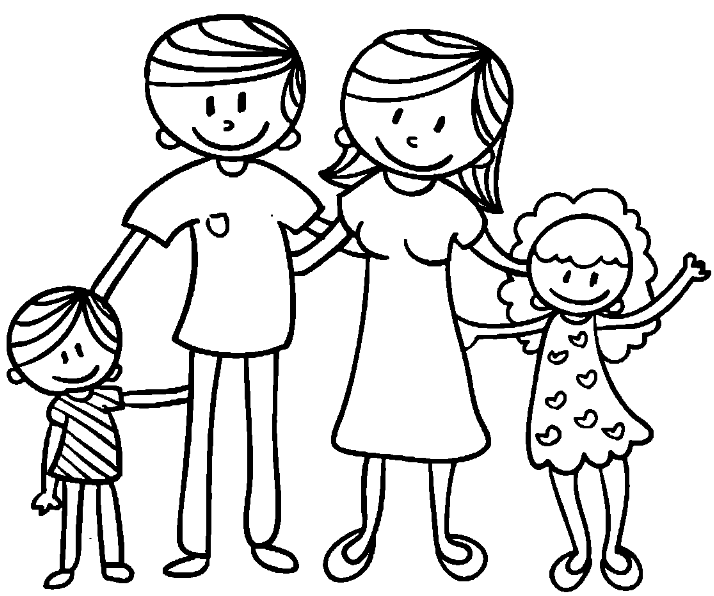
ئەو کەسانەی خاوەنی نەوەن، پێویستە پەیوەندیەکی باش لەگەڵ نەوەکانیان ببەستن، تا ڕێز و خۆشەویستی لە نێوانیاندا هەبێت، چونکە ئەو بەساڵاچووانەی دەتوانن ڕێز و خۆشەویستیی نەوەکانیان بەدەست بهێنن تەمەنێکی تەندروستتر و ئاسوودەتر بەڕێ دەکەن.

هەرچەندە لە وڵاتی ئێمە و بەتایبەتی لە شارەکاندا خێزان تەنها لە دایك و باوك و ئەو منداڵانە پێکدێت کە هاوسەرگیریان نەکردووە، بەڵام هێشتا هەر بە پاڵپشتی دایەگەورە و باوەگەورە ماونەتەوە و بەڕێوە دەچن. ئەگەر پەیوەندیی نێوان نەنە و باپیرە لەگەڵ منداڵەکاندا بەهێز بێت، ئەوا باری سەرشانی دایك و باوك کەمێك سووك دەبێت. کاتێك منداڵ گرنگییەکی تەواو بەوە دەدات کە دڵی دایك و باوکی یان نەنە و باپیرەی لێ نەڕەنجێت، نەنە و باپیرەش هەمیشە وەڵامی هەموو «نەخێر»ێکی بە «بەڵێ» دەدەنەوە و، ئەوپەڕی لێبووردە دەبن بەرامبەری، لەم کاتەدا ئەگەر منداڵ لە لایەن دایك و باوکییەوە وەڵامێکی نەرێنی وەرگرت، ئەوا لە لای نەنە و باپیرەی داواکارییەکانی دەخاتە ڕوو و، تا ڕاددەیەکی زۆریش بە ویستەکانی خۆی دەگات. داپیرە و باپیرە بۆ پاراستنی ئەم خۆشەویستییەی نەوەکانیان بەردەوام هەر لەسەر ئەم هەڵسوکەوتەیان بەردەوام دەبن، جا

منداڵیش ئەگەر هەرچییەکی ویست خرایە بەر دەستی، ئەو کات کەسێکی بەناز و سەرەڕۆی لێ دەردەچێت، کەواتە چاوپۆشی و پارێزگاریش بەم ئەندازەیە ناهاوسەنگی لە پەروەدەی منداڵەکەدا دروست دەکات.

پێویستە دایك و باوك یەکەم بەرپرسی پەروەردەی منداڵەکانیان بن، ئەگەریش پێویستی کرد با دایك و باوك بێ دڵڕەنجاندن داوا لە داپیرە و باپیرە بکەن کەمێك پشتگیریان بن تا بەو شێوەیەی خۆیان دەیانەوێت منداڵەکانیان پەروەردە بکەن، چونکە پێویستە دەستەڵاتی پەروەردەکردنی منداڵ لای دایك و باوك بێت.

لەڕاستیدا نابێت دایەگەورە و بابەگەورە تەنها ڕۆڵی هاوکاری تەماشاکار ببینن لە خێزاندا، بەڵام لە هەمان کاتدا پێویستە هیچ خۆیان لە ئەرکەکانی دایك و باوکی منداڵەکانەوە وەرنەدەن، چونکە دەشێت ئەمە ئاسوودەیی خێزان تێك بدات. پێویستە بەرپرسیاریەتی نەنە و باپیرە وەك ڕاوێژکار بێت، واتە لە کێشە و گرفتەکاندا بە هۆی ئەزموونیانەوە بیرۆکە و پێشنیاریان بەهەند وەربگیردرێت، خۆ ئەگەر سنووری دەسەڵاتی دایك و باوك نەپارێزرێت و لەگەڵ سنووری دەسەڵاتی داپیرە و باپیرەدا تێکەڵ ببێت، ئەوا دەشێت هەندێ ناڕەحەتیی بەدواوە بێت.



22

هەنگاوی بیست و دووەم

خێزانەکەتان بکەنە «لانەی خۆشەویستی»

«خۆشەویستی، هەناسەیەکی پاك و، هێزێکی پتەوکار و، بەختەوەرییەکە لە نێوان تاکەکانی خێزاندا و، وەك دەستێکی ئەفسوناوییە کە دەتوانێت هەموو کێشە و نەخۆشییەك چارە بکات».

د. هارن هۆڕنی

ئەو دەنگەی لە تەلەفۆنەکەدا بیستم بە هەڵچوونەوە دەیوت:

«مامۆستا، ناتوانم لەوە زیاتر بەرگە بگرم، هاوسەرەکەم جگە لە کارەکەی بیر لە هیچ شتێکی تر ناکاتەوە، منیشی کردووەتە پلەی دووەم لای خۆی، هەرئەڵێی لەگەڵ کارەکەیدا هاوسەرگیریی کردووە، نەك من!

بەیانیان زوو دەڕوات و، شەوانیش درەنگانێك دەگەڕێتەوە بۆ ماڵەوە، زۆر جار ڕۆژانی پشووش دوکانەکەی دەکاتەوە. بەئاواتەوەم ڕۆژێك بەخێزانیی بڕۆینە شوێنێك، بچین پیاسەیەك بکەین، یان بچین بۆ سەیرانێك، مافی ئەوەمان نییە؟ هەر دەڵێی لە زیندانــدا ژیان بەسەر دەبەم.

هەرچییەك دەکەم ناتوانم ئەوە لە هاوسەرەکەم بگەیەنم کە شتی لە پارەش بەنرختر هەیە، هەمیشە بە هیلاکی و ڕووگرژییەوە دەگەڕێتەوە، کاتێکیش نانەکەی خوارد، لە سووچێکدا خەو دەیباتەوە، ماڵەوەی لا وەك ئوتێلێك وایە و هیچی تر.

شەڕ و دەمەبۆڵێشمان هەر لێ نابڕێت.. من ئەوەندەم بەسە کە تۆزێك گرنگیم پێ بدات و بە کەسێکم دابنێت، هیچی کەم لێی ناوێت.

مامۆستا، تکایە هاوکاریم بکە، ئەترسم تووشی خەمۆکی ببم».

ئەمە دیمەنی خێزانێکە کە مادده لە پێش خۆشەویستی و هاوبەشییەوەیە تێیدا، ئەمە و هاوشێوەی ئەمە نەخۆشیگەلێکن کە لە خێزانەکانی ئەمڕۆدا زۆر بەدیار دەکەون، نەخۆشیی نەبوونی خۆشەویستی... یان برسی بوون بۆ خۆشەویستی...

لەگەڵ نووسەری بەناوبانگ (وەهبی وەققاس ئۆغڵو)دا دەربارەی (خۆشەویستی لە خێزاندا) قسەمان دەکرد.

وەقاس ئۆغڵو -کە بە هەوڵەکانی لە تەوەری خۆشەویستیدا ناسراوە- ئەم شتانەی دەربارەی هۆ و گرنگی و ڕۆڵی خۆشەویستی لە خێزاندا وت کە زۆر واتادار و جێی بایەخ بوون:

«دەوڵەمەندی و ماڵ و سامان مرۆڤەکانی لە ڕووی خۆشەویستییەوە هەژار کردووە، لەکاتێکدا کە خۆشەویستی بناغەی هەموو قازانجەکانی دیکەیە، بگرە خۆشەویستی ڕۆحی خێزانە.

مرۆڤ کاتێك دەمرێت ڕۆحی دەردەچێت و، لاشەکەشی هیچ بایەخێکی ئەوتۆی نامێنێت، لە خێزانیشدا ئەگەر خۆشەویستی نەما ئەوا خێزانەکە وەك جەستەیەکی مردووی لێ دێت.

ژینی خێزان بە خۆشەویستی چرۆ دەکات و دەژیەتەوە، خۆشەویستی هێندە ئەفسوونێکی سەرسوڕهێنەرە، کە هەموو کەسێك لە خێزاندا بە هۆی کاریگەریی ئەوەوە لەیەك نزیك دەبنەوە و، بۆ یەکتری دەژین. ئەگەر کەشی ماڵ بە خۆشەویستی برازێنرێتەوە، گفتوگۆی نێوان تاکەکانیش وریایانە و گرنگ دەبێت.

> **"خێزان، کۆشکێکە تەنانەت پاشاکانیش ناتوانن بچنە نێوی، چونکە بە پەرژینی خۆشەویستی دەورە دراوە".**
>
> **ئۆسکار وایڵد**

پێویستە ئاراستەی خۆشەویستی ڕووەو دواڕۆژ بێت، چونکە

خۆشەویستیی دونیایی کورتخایەنە و، لەسەر سوود و قازانج ڕاوەستاوە، بەڵام خۆشەویستی لەسەر تەوەری دواڕۆژ بەهێز و نەبڕاوەیە.

ئەو خێزانانەی خۆشەویستییان کردووە بە بناغە، ئاسوودە و بەختەوەر دەبن، ئەوانەشی کە خۆشەویستییان بزر کردووە ئاژاوە و ساردوسڕییان لە سەری خۆیانەوە ئاڵاندووە».

هاوڕێی ئازیزم (جەمیل تۆکپنار)، نووسەری پەرتووکی (خۆشەویستی تا سەر) دەربارەی خۆشەویستی لە خێزاندا دەڵێت:

«پێویستە مرۆڤ زۆرترین توانای خۆی بۆ خێزانەکەی تەرخان بکات، دڵنیا بێت ئەمە لە کاری ڕۆژانەی زۆر گرنگترە، چونکە ژیانی مرۆڤ ژیانی خێزانەکەیەتی.

پێویستە خۆشەویستی بە تەواوی واتا و شکۆیەوە لە خێزاندا ڕەنگ بداتەوە.

"ئەوانەی لە دەرەوەی خێزاندا بەدووی بەختەوەریدا دەگەڕێن، واتە بەختەوەری ماڵەوەیان نەماوە، چونکە ئەگەر خۆشەویستی لە خێزانەکەیاندا ڕەنگ بداتەوە، بەختەوەرییش هەر لەوێ پەیدا دەکەن".

جان جاك ڕۆسۆ

خۆشەویستیش مەعنەوییە، بە چاو نابیندرێت، بە دەست ناگیردرێت، هیچ کەسیش ناتوانێت هەستەکانی دڵ بخوێنێتەوە، خۆشەویستی ئەگەر بە شتە دیارەکان بنەخشێندریت هەستی پێ دەکرێت، خۆ ئەوەی وا دەکات کە چل ساڵ یادەوەریی قاوەخواردنەوەیەکت بیر بمێنێت کوپە قاوەکە نییە، بەڵکو ئەو خۆشەویستییەی دۆستەکەتە کە لەو قاوەیەدا ڕەنگ دەداتەوە کە پێشکەشی کردوویت.

چارەسەری زویری و دڵڕەنجان و زۆربەی کێشە خێزانییەکان: تێڕوانینە ئەویندارییەکان و، خەندەی شیرین و، دەربڕینی هەستە قووڵەکانە.

خۆشەویستی مەخلوقێکە، کە کەشێکی ئەفسوناوی لە ماڵدا دەسازێنێت و، چارەسەری دڵە برینداروەکان دەکات.

خۆشەویستی خەندەیەکە، یان دەست بەسەرداهێنانێکە، یاخود هەندێ

جار تەنها سڵاوکردنێکە لە قووڵایی دڵەوە.

ئەو هاوسەرانەی کە وریای ئەم وردەکاری و تایبەتمەندیانە دەبن، لانەیەکی تەمەن درێژ پێك دەهێنن، کە جێی ئیرەیی پێبردنە».

پێویستە ڕوو و واتای خۆشەویستی لە خێزاندا چۆن بێت؟

بەدیعوززەمان مامۆستا (سەعیدی نوورسی) جوانترین وەڵامی ئەم پرسیارەی داوەتەوە، کە دەڵێت:

«کۆکەرەوەترین پەناگە و، بنەڕەتترین چەق و بەهەشتێك بۆ ژیانی دونیای مرۆڤەکان ژیانی خێزانە و، ماڵ دونیای بچووکی هەر مرۆڤێکە و، ژیان و بەختەوەریی ئەو ماڵ و خێزانە بە دڵسۆزی و ڕێزی وەفادارانە و سۆزی ڕاستەقینە و میهری فیداکارانە دەستەبەر دەبێت و، ئەم ڕێزە ڕاستەقینەیە و ئەم میهرەبانییە دڵسۆزانەیەش بە بیروباوەڕی هاوەڵێتیی هەتاهەتایی و، هاوبەشی و پێکەوەژیان لە ژیانێکی بێ سنوور و، پەیوەندییەکی خوشك و برایانە و هاوەڵانە لە کاتێکی نەبڕاوەدا پەیدا دەبێت، بۆ نموونە بیر دەکاتەوە و دەڵێت: ئەم خانمەم هاوەڵ و دۆستمە لە ژیانی هەمیشەیی و جیهانی نەبڕاوەدا، ئەگەر هاوەڵی ژیانم ئێستا پیر و ناشیرینیش بێت کێشەیەك نییە، چونکە جوانییەکی نەبڕاوەی هەیە و، لەبەر خاتری هاوەڵی داهاتوو و ئەبەدیمان ئامادەی هەموو فیداکاری و میهرەبانییەکم.

بەمجۆرە لەگەڵ خێزانە بەتەمەنەکەیدا قسەی خۆش و شیرین دەکات هەروەك ئەوەی لەگەڵ حۆرییەکدا بدوێت، ئەگەر نا هاوڕێیەتییەك کە دوای دوو کاتژمێرێك پێکەوە بوون بە لێکدابڕانێکی هەتاهەتایی بگات، بە دڵنیاییەوە تەنها حەزێکی جنسیی کاتیی و بێ بنەمای ئاژەڵانە و سۆز و ڕێزێکی ڕووکەشی سەرچاوەیەتی و، هەروەك ئاژەڵانیش ئەو ڕێز و خۆشەویستییە ڕوکەشییە دەکەوێتە ژێر پێی قازانج و هەستە زاڵەکانی دیکە و ئەو بەهەشتەی دونیا دەکەنە دۆزەخ.»

> **پێویستە نزاکان پڕ بە دڵ بن، نەك پڕ بە دەم.**
>
> سەلیم گوندوزاڵپ

ئەوانەی لەسەر بنەمای هاوەڵێتیی هەتاهەتایی برەو بە خۆشەویستییەکەیان

دەدەن مافەکانی یەکتری لەبەرچاو دەگرن و، لەبەر خاتری هاوەڵێتییەکەیان هەموو فیداکارییەك دەکەن و، لەبری ڕاکردن بەدوای خۆشی و لەززەتە دونیاییەکاندا هەوڵ دەدەن چرکەساتە فانییەکانیان بێ سنوور بکەن، ئیدی ئەوکات خێزانیش دەبێتە باخێك لە باخەکانی بەهەشت.

هەر کاتێك خۆشەویستیی ڕاستەقینە جێی خۆشەویستیی زووتێپەڕ و فانیی گرتەوە، ئەو کات کامەرانی و ئارامی باڵ بەسەر خێزاندا دەکێشێت، چونکە ئەو هاوسەرانەی یەکتری بە دیارییەکی پەروەردگار دەزانن، بە ناوی ئەو زاتەوە خێزانەکەیان لەسەر بنەمای هاوەڵێتیی ئەبەدی بنیات دەنێن.

خێزان تەنها ئەگەر لەسەر بنەمای هاوەڵێتیی هەتاهەتایی بنیات بنرێت تەندروست دەبێت، چونکە ئەوانەی بە بیری ژیانی هەتاهەتایی و هاوڕێیەتی نەبڕاوەوە هەڵسوکەوت لەگەڵ یەك دەکەن، خۆشەویستییەکەیان تەنها بە جوانییەکانی دونیاوە وابەستە نابێت.

ئەم وتانەی مامۆستا سەعیدی نوورسیش لێکدانەوەیەکی دیکەیە بۆ باسەکە، کە دەڵێت:



«خۆشەویستیی ژنەکەشت کە هاوسەری ژیانتە، با لەسەر ئەو بناغەیە بێت کە دیارییەکی (هاودەم و نەرمونیانی) میهرەبانیی خوای گەورەیە. نەکەی ئەو خۆشەویستییەت ببەستیتەوە بە جوانییە ڕواڵەتییەکەیەوە کە بە زوویی تەواو دەبێت و نامێنێت! بەڵکو بیبەستەوە بەو جوانییەی کە هەرگیز ناڕوات و ڕۆژ بەڕۆژ لەزیادبووندایە، ئەویش جوانیی ڕەوشت و هەڵسوکەوتی پاك و بێگەردیەتی کە لەناخی نەرمونیانی ئافرەتدا ڕەگی داکوتاوە.

بەرزترین و شیرینترین جوانیی ئافرەت لە سۆز و شەفەقەتە نوورانی و بێ گەردەکەیدایە، خۆ ئەم جوانیی شەفەقەت و ڕەوشتەش هەمیشەییە و تا کۆتایی تەمەن هەر لە زیادبووندایە و، تەنها بە خۆشویستنی ئەو دوو لایەنەشە کە مافەکانی ئەم بەدیهێنراوە لاواز و نەرمونیانە دەپارێزرێن، دەنا لەکاتێکدا کە جوانیی ڕواڵەتیی نامێنێت و لە هەموو وەختێك پتر پێویستی بە مافەکانی دەبێت، هەموو مافەکانی دەخورێن و پێ شێل دەکرێن.؟

ئەگەر هاوسەرەکان تەنها بۆ هاوڕێیەتی دونیا یەکدییان خۆشبوێت و پەیوەندییان پێکەوە هەبێت، ئەوا خۆشەویستییەکەیان دەبڕێتەوە و، پێکەوەبوونیان تەنها بۆ ژیانی ئەم دونیایە سنووردار دەکەن.

بەڵێ، ئەگەر هاوسەرەکان بە خۆشەویستی و سۆزێکی ڕاستەقینە پێکەوە نەبەسترێن، ئەوا لەگەڵ نەمانی جوانییە ماددییەکان خۆشەویستییەکەشیان کاڵ دەبێتەوە و، لەگەڵ تێپەڕبوونی گەنجێتییدا وەك ئاوابوونی خۆر، تاریکایی و نائارامی باڵ بەسەر لانەی خێزانییاندا دەکێشێت.. هەر ئەم خۆشەویستییەی کە تەنها لەبەر ژیانی سنووورداری دونیا بووە، بووەتە هۆی هەڵوەشاندنەوەی زۆر خێزان.

ڕێگاکانی درێژەپێدانی خۆشەویستی لە خێزاندا کامانەن؟

بۆ سازاندنی کەشی خۆشەویستییەکی قووڵ و کاریگەر لە خێزاندا، چەند ئەرکێك دەکەوێتە سەر شانی هاوسەرەکان، کە ئەمانەن:

١- ئەرکە خێزانییەکانتان لە سەرووی گشت ئەرکەکانی دیکەتانەوە دابنێن و، هەرگیز خێزانەکەتان مەکەنە فیدای کارەکەتان، چونکە خێزان پێویستی بە زۆرترین چاودێری و خزمەتکردنە.

٢- کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵەوە، یەکسەر هەستی ماندوویەتی و فشار و تووڕەیی نیشان مەدەن، ئەگەر هەر بەڕاستیش ئەو هەستانەتان هەبوو، ئەوا زۆر لە خۆتان بکەن خەندە بهێننە سەر لێوی ئەوانەی بەرەو پیرتان دێن، چونکە ئەوان تەنها چاوەڕوانی خەندەیەك و، دواندنێکی شیرین لە ئێوە دەکەن.

٣- کاتی تایبەت بۆ خێزانەکەتان تەرخان بکەن و، ئەو کاتانەتان لەگەڵ ئەواندا بەڕێ بکەن، بۆ نموونە: بچن یاری بکەن، یان بڕۆن بۆ گەشتێك،

یـان هەر بچن پیاسـەیەك بكـەن، چونكە ئـەم چالاكیانـە پەیوەندیـی نێوانتان بەهێز دەكات.

٤- هـەر لـەو كاتـە تەرخانكراوانـەدا كۆببنـەوە و قسـە لەسـەر كێشـەكانی خێزانەكەتـان بكـەن، بـا ئەوكاتانـە هەمـووان بتوانـن كێشـەكانیان و پێشنیارەكانیشـیان بخەنـە ڕوو.

٥- ستایشـی دەسـتكەوتەكانی منداڵەكانتـان بكـەن و، بیـان دوێنـن و، متمانەیـان پـێ ببەخشـن.

٦- ستایشـی دەسـتڕەنگینیی هاوسـەرەكەتان بكـەن و، زووزوو بە هەوڵ و تێكۆشـان و كارەكانیدا هەڵ بدەن و، بە شـیرینترین وشـەش ئەم هەسـتانەیان بـۆ دەربڕن.

٧- لـە ڕۆژە تایبەتەكانـدا دیارییەكیـان پێشـكەش بكـەن كـە حـەزی لـێ بكەن.



٨- خۆشەویستیتان بۆ ئەندامانی خێزانەكەتان بە هەڵسوكەوتەكانتان دەربڕن، بەمجۆرە خۆشەویستی هاوسەرەكەت و منداڵەكانیشتان بەدەست دەخەن و، زیاتر وابەستەی خۆتانیان دەكەن.

لە كۆتاییدا دەڵێم، ئەگەر بە ئەركی خۆشەویستی بەخشین بە خێزانەكەتان ڕابگەن، ئەوا گۆڕانی گەورە دەبینن كە لە ماوەیەكی كورتدا ڕوو دەدات و، دەبینن كە كەشی بێزاریی و نائارامیی خێزانەكەتان دەگۆڕدرێت بۆ بەهەشتی دونیا.

ئەوانەی کە بە یەك هەست
دەدوێن لەیەك دەگەن،
نەك ئەوانەی بەیەك زمان
قسە دەکەن.

مەولانا

23

هەنگاوی بیست و سێیەم

خێزانی ئاسوودە تەمەنی ئەندامەکانی درێژدەکات

«بەپێی ئەو توێژینەوانەی لە ئەمریکا کردمان، ئەوەمان سەلماند کە خێزانی بەختەوەر (تەمەن) درێژ دەکات و، دەرکەوت ئەو پیاوانەی هاوسەرگیرییان نەکردووە تەمەنیان لەو پیاوانە کورتترە کە خێزاندارن، هۆی بنەڕەتیی ئەمەش گوزەراندنی ژیانێکی ڕێکوپێکە لە خێزاندا».

پرۆفیسۆر دکتۆر دەیڤیز

بێ هۆ نییە هەموو ئایینە ئاسمانییەکان -بەتایبەتیش ئیسلام- پشتیوانیی هاوسەرداری دەکەن و، بە پیرۆزی ناودەبەن و مرۆڤەکانی لەسەر هان دەدەن.

هاوسەرداری، واتە پێکەوە ژیان و، پێکەوە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکان و، بەشداربوون لە خۆشی و ئاسوودەییەکانی یەکتردا، بە واتایەکی دیکە هاوسەرداری پایەیەکی ماددی و مەعنەوی و، هێزێکە لەبەرامبەر تەنگەژە و بەربەستەکانی ژیاندا.

لەبەر ئەوە ئاسوودەیی خێزانیی، کاریگەریی لەسەر ژیانی مرۆڤ و بەتایبەتیش لەسەر تەندروستیی دەبێت، ئەو کەسانەشی کە بە تەنها دەژین و، غەرقی کێشە و خەم و خەفەت بوون، لەبەردەم ئەگەری تێکچوونی تەندروستیی دەروونی و، سەرکزکردن بۆ کێشەکاندان.

لـە توێژینەوەیەکـدا کـە لـە فەڕەنسـا ئەنجامـدراوە، داوا لـە (٥٠٠) کـەس کـراوە کە تەمەنیان لەسـەروو (٨٠) سـاڵییەوە بووە نهێنییەکانـی تەمەندرێژییان بدرکێنن.

هـەر لـەو توێژینەوەیـەدا دەرکەوتـووە کـە گرنگتریـن هـۆکاری تەمـەن درێژیـی، ژیانـە لـە سـایەی خێزانێکـی بەختـەوەردا.

ئـەوەی لـە لێکۆڵینەوەکـەدا زۆر سـەرنج ڕاکێشـە ئەوەیـە ئـەو کەسـانە لـە چینـی ناوەنـد یـان هـەژاردا بـوون و، بـەردەوام کاری مانـدووکار و گرانیـان هەبـووە، بـە واتایەکـی دیکـە بـە دۆزینـەوەی ڕێگـەی بەختەوەریی بـەو توانا کەمەیانـەوە لـە ژێـر زۆر بـاری گرانـی دونیـادا ڕزگاریـان بـووە.

سەبارەت بە بابەتی تەمەن درێژیی و پەیوەندیی بە بەختەوەریی خێزانەوە دەکرێت بەکورتی ئەم خاڵانە بخەینە ڕوو:

١- خێـزان، ئـەو جێیەیـە کـە مرۆڤی تێـدا دەپارێزرێـت و، بەهای شـیاوی خـۆی پـێ دەدرێـت، ئەمـەش کاریگەریـی ئەرێنـی لەسـەر دەروونـی مرۆڤ هەیە.

٢- بوونـی پەناگەیـەك کـە مـرۆڤ تێیـدا بحەوێتـەوە، هێمنـی بـە نـاخ و دەروونـی مانـدووی دەدات، ئەمەش بەهێزتریـن داڵدەی پارێـزەرە لە چەندین تـرس و بیم.

٣- ئەگـەر لە کاتی ناڕەحەتی و گیروگرفتەکاندا کەسـێك هەبێت دەردەدڵی لا بکەیـت و، لەگەڵتـدا شـان بداتـە بـەر کێشـەکان، ئـەوا دەبێتـە ئارامییەکـی بێوێنـە بۆت.

٤- بوونـی کەسـانێك کـە بەهـرە و خۆشـییەکانتانیان لەگـەڵ بـەش بکەن، مەزنتریـن دەوڵەمەندییە.

٥- پێکـەوە داڕشـتنی پـلان و، هەنگاونـان بـەرەو ئامانجـەکان و، بوونـی بیـروڕای هاوبـەش، هێـز بە مـرۆڤ دەبەخشـێت و، توانـای خۆڕاگریـی زیاد دەکات.

٦- مـاڵ، وەك قوتابخانەیـەك وایـە کـە فشـار لەسـەر مـرۆڤ ناهێڵێـت و، ئاسـوودەیی پـێ دەبەخشـێت.

٧- ئـەو جێیانـەی کـە هەسـتە مەعنەوییەکانـی تێـدا ڕەنـگ دەداتـەوە، ئارامییەکـی بـێ وێنـە بـە مـرۆڤ دەبەخشـن.

٨- لەمـرۆدا لەگـەڵ زیادبوونی نەخۆشـیی خەمۆکی، سـەرەکیترین هۆی بەرگریکـردن لێـی خۆڕزگارکردنە لە تەنهایـی. خێزانیش گرنگترین شـوێنە بۆ بەدوورگرتنـی مرۆڤ لـە خەمۆکی.

٩- هیـچ کەسـێك ناتوانێـت لە هیـچ جێیەکی دیکـە جگە لە خێـزان هێندە بـە هەسـتەکانی خۆشەویسـتی و ڕێز و سـۆز و میهرەبانی و هاوبەشـی خۆی شـاد بکات.

١٠- چێـژی منـداڵ و نـەوە خسـتنەوە و، پەیوەندیـی ڕۆحیـی نێـوان هاوسـەرەکان و، هاوکاریـی کەسـوکار و، بەدەسـتهێنانی توانـای بەڕێوەبردن، چەنـد تایبەتمەندییەکـی جیاکـەرەوەی خێزانـن.

مرۆڤـی ئـەم چەرخەمـان، لـە ماڵەکەیـدا بـەدووی ئارامـی و ئاسایشـدا وێڵـە و، دەیەوێـت مێشـکی کەمێك ئاسـوودە ببێـت، بۆیە گرنگیـی هەبوونی ماڵێکـی بەختـەوەر لـەم ڕۆژگارەمانـدا زۆر زیادیکـردووە، پەروەردگاریـش دەفەرمووێـت: «خـودای گـەورە لـە خانـووە عادەتییەکانـی خۆتانـدا جێگەی ئارامیـی پێـداون.. « النحـل: ٨٠.

ئەو ماڵانەی کە بە (بەهەشتی دونیا) ناو دەبرێن، جێگایەکن کە دڵنیایی ماددی و مەعنەوی بۆ مرۆڤ دەستەبەر دەکەن و، یارمەتیدەرین تا بە متمانەوە لە داهاتووی بڕوانێت، ئیدی ئەو نهێنییەی کە تەمەنی پێ درێژ دەبێت ئەمە بوو.



ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەی کۆمەڵی لاوان، هەر کامتان توانای هەیە و دەستی دەڕوات با ژن بێنێ، چونکە ژنهێنان بۆ چاوگرتنەوە و خۆپاراستن زۆر چاکە. ئەوەیشتان توانای ژنهێنانی نییە با بەڕۆژوو بێت، ئەوە دەرمانیەتی و، بەرگریی لە هێز و ئارەزووی لاوان دەکات و، هێرش و تەوژمی لاویی کز دەکات".

"خاتوو (شولێ یوکسێل شەنلەر)م ناسی و، دیتم کە دەکرێت خانمێکی موسوڵمان هەم هاوچەرخ بێت، هەم دابونەریت بپارێزێت، هەمیش داپۆشراو بێت، هەر ئەو کاتە بڕیارم دا کە ببمە باڵاپۆش و، تێگەیشتم کە پەرستشەکانم و، منداڵەکانم و، هاوسەر و ماڵەکەم گەورەترین سەرچاوەی دەوڵەمەندیی و ئاسوودەیی منن".

ئامینە ئەردۆغان

لە سروشتی ئافرەتدا مەیلی خۆشویستن و لە ئامێزگرتنی منداڵ هەیە.

بەدیعوززەمان سەعیدی نوورسی

24

هەنگاوی بیست و چوارەم

زۆر غیرە لەیەك مەكەن!

«غیرەی ئاسایی، هۆكارێكی پارێزەر و ڕزگاربوونی زۆر خێزانە، بەڵام زۆر غیرە بردن تا ئاستی دڵپیسی كەڵلەڕەقییەكە ئاسوودەیی خێزان تێك دەدات و، پێویستە چارەسەر بكرێت».

دەیڤید مەیس

مامۆستایەك بە دەنگێكی لەرزۆك بە تەلەفۆن دەردەڵی لا دەكردم لەبارەی هاوسەرەكەیەوە كە ئەویش هەر مامۆستا بوو. ئەوان لە ململانێیەكی (غیرەی) توندا بوون و، كارەكە هێندە خراپ ئاڵۆز بووبوو، كە ئەو لانەیەی تازە پێكیان هێنابوو، هاتبووە سەر لێواری هەڵوەشانەوە!

دەیوت:

«هەڵەی من بوو، هەر لەسەرەتاوە دیار بوو كە هاوسەرەكەم حەز دەكات بەوپەڕی ئازادی بژی، بەڵام من هیچ هەڵسوكەوتەكانیم بەدڵ نەبوو و، وەك سێبەر چاودێریی هەنگاوەكانیم دەكرد، بە گومانەوە لە هەر قسەیەكی و تەنانەت لە هەر سڵاوێكیشیم دەڕوانی، بۆیە تائێستا بەم هۆیەوە پرتە و بۆڵەی زۆرمان بووە.

كار گەیشتە ئەوەی دەستمان كرد بە تۆڵەسەندنەوە لەیەكتری، واتە منیش دەستم دایە هەنێ كار تا ئەویش غیرەم لێ بكات، ئیتر ئەوكات

ئەوەی نەدەبوو روویات رووی دا و، گەردەلوولێکی دڵپیسی دای بەسەر ماڵەکەماندا.

مامۆستا تکایە هاوکاریمان بکە، خێزانەکەمان خەریکە هەڵ ئەوەشێتەوە».

هاواری ئەم مامۆستا گەنجە، کێشەیەکی زۆر گرنگی دەردەخست، ئەمە نموونەیەکی حاڵی ئەو هاوسەرانەیە کە بە هەڵە لەیەك دەگەن و، زۆر هەستیارن بەرامبەر بە یەکتری.

دەکرێت ئەم کێشەیە و هاوشێوەکانی چارە بکرێن، چونکە چارەسەرەکەیان زۆر گران نییە، تەنها هێندە بەسە کە هاوسەرەکان بزانن چی کارێك لە چ کاتێکدا بکەن.

دەربارەی ئەو غیرەیەی نێوان ژن و مێردیش دەڵێین:

ئەگەر غیرە نەگاتە رێژەیەکی زۆر خنکێنەر ئەوا سروشتییە و لە جێی خۆیدایە، چونکە غیرەیەکی ئاسایی خێزان رێکوپێکتر دەکات و، رێگە بۆ هاریکاری هاوسەرەکان خۆش دەکات، بە واتایەکی دیکە غیرە لە شوێن و ئاستی خۆیدا، دەرخەری خۆشەویستی و هەستکردن بە بەرپرسیارییەتییە.

هیچ ژن و مێردێك نین غیرە لەیەك نەکەن، کێشەی سەرەکی هەبوونی غیرە نییە، بەڵکو نەبوونییەتی!

بیهێننە بەرچاوتان کە هیچ کام لە هاوسەرەکان لەیەکتری نەپرسنەوە، ئەو کات حاڵی ئەو خێزانە بەچی دەگات! لەبەر ئەمە بوونی کەمێك غیرە پێویستە، بەڵام کاتێك غیرە بەهەڵە بەکار دەخرێت رووخێنەر و سووتێنەر دەبێت، چونکە تەنها زیانی بۆ ئەو کەسە نییە کە غیرە دەکات، بەڵکو پریشکی سووتێنەری بەر ئەو کەسەش دەکەوێت کە غیرەی لێ دەکرێت.

هەندێك هاوسەر ناتوانێت بەرگەی ئەوە بگرێت کە تەنها بیریش لەوە بکاتەوە ئایا هاوسەرەکەی فێڵی لێ دەکات یان نا. ئەم جۆرە کەسانە لەبەر ئەوەی هەمیشە خەیاڵیان بە لای (فێڵکردن)دا دەروات، ئەو پەیوەندیانە دڵخۆشی ناکەن کە لەسەر بناغەی خۆشەویستی بنیات دەنرێن، بەڵکو ئازاری دەدەن.

بەکورتی، کاتێك غیرە دەگاتە ئاستی دڵپیسی و بێ متمانەیی، ئەو کات

نـەك هاوسـەرەكان لـە یـەك نزیـك ناكاتـەوە، بەڵكـو وەك نەخۆشـییەك بەرەو جیابوونەوەشـیان دەبات.

باشـە غیـرە بۆچـی؟ بۆچـی هاوسـەرەكان گومان لـە یەك دەكـەن؟ بۆچی وا هەسـت دەكـەن كـە پێویسـتە چاودێریی یـەك بكەن؟

هـۆی سـەرەكی غیرە ئەوەیە: ئەو كەسـەی كە غیـرە دەكات خۆی متمانەی بـە خـۆی نییە، بە واتایەكی دیكـە لە زۆر ڕووەوە خۆی بـە دواكەوتوو دەبینێت لـە ئاسـت هاوسـەرەكەیدا، ئیـدی گرێیەكـی دەروونی سـەیر تێیدا سـەر هەڵ دەدات، هـەر بۆیـە دەیەوێـت خۆی باڵادەسـت بكات بەسـەر هاوسـەرەكەیدا و خـۆی بسـەپێنێت، لـە ئاكامی ئەم هەڵسوكەوتەشـیەوە غیرە پەیـدا دەبێت.

غیـرە بەهـۆی خیانەتـەوە لـە دەرەوەی باسـەكەمانە، ئەگەر هـەر كامێك لە هاوسـەرەكان خیانـەت بـكات، ئـەوا باسـەكە بەتـەواوی دەگۆڕێـت، چونكە لـە خێزانـدا جێـی خیانـەت نابێتەوە و، پێویسـتە یەكسـەر ئـەو هاوسـەرداریە كۆتایـی پـێ بهێندرێت.

چۆن غیرە ناهێڵدرێت؟

زانـاكان چەندیـن هەوڵیان خسـتووەتە گەڕ بـۆ ڕێگری كردن لە نەخۆشـی (غیـرە)، كـە ڕیشەكێشـكەری خێزانـە. بـە پێـی ئـەم هەوڵانەیـان پێویسـتە ئەم ڕێگایـە بگیردرێنـە بەر:

١- پێویستە هۆی غیرەكە جوان ڕوونبكرێتەوە.

٢- ئەگـەر هـۆی غیرەكـە خیانـەت نەبـوو، ئـەوا پێویسـتە هاوسـەرەكان دابنیشـن و دەربـارەی هۆكارەكانـی بدوێـن.

٣- پێویسـتە ژن و مێـرد لەپێنـاو ئاسـوودەكردنی یەكـتردا، هـەوڵ بـدەن قەناعـەت بەیـەك بكـەن لەسـەر ئـەوەی ئەمـەی دەیكـەن خیانـەت نییـە.

٤- دەبێـت دڵنیـا ببنـەوە لـەوەی كـە هیـچ گرێیـەك بەرامبـەر بـە یەكـتر لە ناخیانـدا نییـە، چونكـە نابێـت ئـەو خێزانـەی بـە ویسـت و ئیـرادە پێكهاتووە گرێكوێـرەی تێـدا بێت.

٥- پێویسـتە هاوسـەرەكان متمانەیـان بەیـەك هەبێـت و، ئازادیـی تـەواو بەیـەك بـدەن، واتـە چوونـەدەرەوە و كراوەیـی یەكێكیـان بـەڕووی كۆمەڵگەدا

خیانـەت نییە.

٦- نابێت لەبەر چاوی هاوڕێکانتان بە هۆی غیرەوە یەکتری بشکێننەوە.

٧- پێویسـتە بزانـن کە هاوسـەرداری چێژ و خۆشـییەکی کاتـی نییە، بەڵکو هاوەڵیەتییەکی هەتاهەتاییە.

٨- ئەگـەر غیـرە لای هەر هاوسـەرێك گەیشـتبێتە ئاسـتی نەخۆشـی، ئەوا پێویسـتە چارەسـەری دەروونیی بـۆ بکرێت.

٩- زوو زوو قسە لەگەڵ یەك کردن و، پێکەوە چوونەدەرەوە و پێکەوەبوون، تۆوی غیرە لەناو دەبات.

١٠- هەبوونـی بیروباوەڕێکـی توندوتـۆڵ، گرنگتریـن بەربەسـتە لەپێش غیـرەدا، چونکـە لەخواترسـان پێش بـە بـێ متمانەیـی دەگرێت.

بەکورتـی، پێویسـتە بـە میانـڕەوی لە بابەتـی غیرە نزیك ببینـەوە، باسـکردنی هەمـوو شـتەکان ڕووبەڕوو و بیرکردنەوە لە ڕێگەیەکـی ژیرانە باشـترین ڕێگەچارەیـە.. واتـە پێویسـتە هاوسـەرەکان بە گفتوگۆ بەسەر غیرەدا زاڵ بین و، بیر و هەسـتی خۆیـان بـۆ یەکـتری بخەنـە ڕوو و، پێکـەوە بـژاری هەڵە و ڕاسـتەکانیان بکەن.

ئەو پیاوەی غیرە لە هاوسەرەکەی ناکات، بەهایەکی مرۆڤایەتی لێ هەڵوەریوە.

بۆیلۆ

ئەو کەسەی متمانەی بە هاوسەرەکەی بێت، ناکەوێتە ئاگری غیرەوە.

کاڵڤین کالیریدج

دەبێت ئەوەشـمان لەیاد نەچێت کـە غیرەیەکـی ئاسـایی بـۆ بوژاندنـەوەی خۆشەویسـتی لەنێـوان ژن و مێردا پێویستە.

25

هەنگاوی بیست و پێنجەم

بەربەستەکانی بەردەم بەختەوەریی خێزان تێکبشکێنن

«خێزان، گرنگترین قوتابخانەیە. کێشەکانی ئەم قوتابخانەیەش بە هەوڵی زانستیانە و بە ڕێسا لەناودەبرێن و، بەربەستەکانی بەردەم بەختەوەریشی هەر بەو شێوەیە لادەچن».

فێلیکس تۆماس

هاوەڵێکم هەبوو کە هەمیشە بە کردەوەکانی سەرنجی ڕادەکێشام، هەموو کات لێو بەخەندە بوو و، کێشەکانی بە لاوە گران نەبوون و گەورەی نەدەکردن، تێڕوانینی بۆ ژیانیش زۆر ئەرێنی بوو، کاتێك لە دەوروبەری دەڕوانی بیری بەلای بابەتە خەمبارکەرەکاندا نەدەچوو، بەڵکو بیری بەلای ئەو بابەتانەدا دەچوو کە شیاوی پەند لێوەرگرتن بوون.

مەراقم بوو بزانم ئەم هاوەڵەم چۆن بەم هەڵسوکەوتە جوانانەی گەیشتووە و، بەو جۆرە ئاسوودەیی و بەختەوەریی لە ناخیدا چاندووە، چونکە ئەو پەرتووکانەی دەیخوێندنەوە دیار بوون و، شوێن کارەکەیشیمان دەزانی و، توانایەکی ماددیی واشی نەبوو، تەنانەت کرێچیش بوو و، ئۆتۆمبێلیشی نەبوو، منداڵەکانی قوتابی بوون و جارجارە پارەی لێدەبڕا و تووشی کێشە دەبوو، لە هەمووشی گرنگتر دایکێکی پیری نەخۆشی هەبوو، کە پێویستی بە چاودێریی ڕۆژانە بوو.

سەرەڕای هەموو ئەم کێشانەش کەسێك بوو خەندەی دەخستە سەر لێوان، بەڵام کاتێك چووینە سەردانی بۆماڵەوە لە نهێنیی هەموو شتەکان گەیشتم.

دوو منداڵەکەی و ژنەکەی و دایکی لە ماڵەکەیاندا پارچەیەك خۆشەویستی بوون.

ئێواران کاتێك پیاوەکە دەگەڕێتەوە بۆ ماڵەوە بە وتەی شیرین و لێو بەخەندەوە دەیاندوێنێت و، دڵیان ڕادەگرێت و، گوێ بۆ کێشەکانیان ڕادەگرێت.

بە خێزانەکەی دەوت: «تۆ لە هەموومان فیداکارتریت، بەڕاستی شانازیت پێوە ئەکەم، تا ئێوارە لە ڕاکەڕاکەدایت و، چاودێریی دایکم ئەکەیت و، منداڵەکانمان پەروەردە ئەکەیت و، سەرەڕای ئەمانەش خواردنی زۆر خۆشمان بۆ لێ ئەنێیت و، پێشکەشمانی ئەکەیت، ئەگەر تۆ نەبوویتایە من چیم بکردایە؟»

بە دایکیشی دەوت: «نەخۆشی ڕەحمەتی خوایە، بۆ ئەوەیە تاوانەکان بشواتەوە و، پاداشتێکی نەبڕاوەشی هەیە». هەردەم داوای نزای خێریشی لێ دەکرد.

منداڵەکانیشی بە زمانێکی شیرین دەدواند و دەستکەوتەکانیانی بەرز دەنرخاند و دەیوت: «ئەمڕۆ ئێوە زۆر باش بوون، ئەگەر هەروا بەردەوام بن زۆر پێش هاوەڵەکانی قوتابخانەتان ئەکەون».

هاوەڵەکەم ئەم کەشەی ماڵەکەی بەمجۆرە وەسفکرد:

«خوای گەورە هێندەی نیعمەت بەسەردا ڕشتووین... ئیتر لە چی نارازی بم؟ شەرم ئەکەم سەرەڕای ئەو هەموو نیعمەتە داوای شتێك لە خوا بکەم.

نیعمەتی جەستەی پێداوین کە قیمەتی تەواو نابێت و، ئێمەی وەك مرۆڤ بەدیهێناوە و، بە بەنرخترین ئەندام ڕازاندوونیەتەوە و، گەردوونی کردووەتە خزمەتکارمان. هەموو نیعمەتێکی خستووەتە بەردەستمان. دایك و باوك و خێزان و منداڵی پێبەخشیوین. سوپاس بۆ خوا مووچەشم هەیە، ئیتر لەوە زیاتر داوای چی لە خوا بکەم؟ ئەمانە بەس نین؟».



ئیتر زۆر باش لە هۆکاری سازبوونی ئەو کەشە ئارامەی ماڵەکە گەیشتم، چونکە بەختەوەریی خێزان لە ئەنجامی پێکەوە هەوڵـــدانی ئەنـدامانی خێزانەکەوە سەر هەڵ دەدات، بە واتایەکی دیکە بەختەوەریی خێزان واتە: ویستی هەبوونی یەك دڵ و یەك مێشك و یەك ڕۆح لەلایەن تاکەکانی خێزانەکەوە.

تەنهـا هـەوڵ و فیداکاریـی یـەك کەس بـۆ زاڵبوون بەسـەر بەربەستەکانی بـەردەم بەختەوەربوونـی خێزانـدا بـەس نییـە، بەڵکو پێویستە هەمـوو خێزانەکـە بـە شـێوەیەکی ڕێکوپێـك پێکـەوە هەنـگاو بنێـن. ئـەو خێزانانـەی کـە ڕۆحییەتـی «ئێمە»یان هەیـە لە باتـی «من»، خێزانێکـی تەمەن درێژیـان دەبێـت و، بـە خۆشـی و کامەرانییـەوە لـە ژیـان بـەردەوام دەبـن.

هـەر ئەوەنـدە خۆشەویسـتی لـە خێزانێکدا سـەری هەڵـدا، ئیـدی هەموو دڵـەکان دادەپۆشـێت. ئـەو خانمەی هەڵسـوکەوتی لەگـەڵ مێردەکەیدا باشـە، دەبێتـە نموونەیەکی جوان بۆ منداڵەکانی و هاوسـەرەکەی و بە خۆشەویسـتی کەمەندکێشـی لای خۆییان دەکات، هاوسەرەکەشی بە خۆشەویستییەوە بەدەم ئـەم هەڵسـوکەوتانەیەوە دێت، هەمان شـتیش بـۆ پیاوەکە ڕاسـتە، واتە وەڵامی قسەخۆشـی پیاوەکە بێگومـان ئەویندارانـە دەبێت لە لایـەن ژنەکەیەوە.

ئـەو منداڵانـەی هەموو ڕۆژێك دایـك و باوکیان ماچیان دەکەن و دەسـت بەسـەریاندا دەهێنـن و لە حـاڵ و باریـان دەپرسـنەوە، بـە خۆڕازاندنەوەیان بە ڕەوشـتی بـەرز و جـوان لەگەڵ دایـك و باوکیان ڕەفتـار دەکەن.

سـەرکەوتوویی پیاوێـك لـە کارەکەیـدا پەیوەندیـی زۆری بە پشـتگیریی و هاریـکاری خێزانەکەیـەوە هەیـە، خانمێـك بەر لـەوەی چێشـتلێنەرێکی باش بێـت، پێویسـتە بـە هەڵسـوکەوتی جوانـی وزە و متمانـە بـە هاوسـەرەکەی ببەخشـێت، ئەو وتەیـەی کە دەڵێت: «لە پشـت هەر پیاوێکی سـەرکەوتووەوە ئافرەتێـك هەیـە» بـەم واتایەیە.

ئەگەر خانمی ماڵ لە هاوسەرەکەی ڕازی بێت و ئەم هەستەشی بۆ دەربڕێت، ئەوا هاوسەرەکەی متمانەی لا دروست دەبێت و، لە ناخیدا بە قەناعەتەوە دەڵێت:

«ئەگەر ژنەکەم منی بەدڵ بێت، کەواتە کەسێکی باشم».

ئەگەر ئافرەت ستایشی هاوسەرەکەی بکات و بڕوای پێی بێت، ئەوکات هاوسەرەکەی هەستی متمانەبەخۆبوونی زۆر دەبێت و هەر کێشەیەکی بێتە پێش گرنگ نابێت بۆی و، هەمیشە پێی وا دەبێت دەتوانێت بەسەریدا زاڵ بێت و بەم بیرەوە لە ماڵ دەردەچێت و خۆی بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی سەختییەکانی ژیان ئامادە دەکات.

"بێ بنەمایی، بنەمای نەفسە."

موڕات چیفتکایا

بەڵام ئەگەر کاتێك پیاوەکە لەگەڵ گەڕانەوەی بۆ ماڵەوە ڕووبەڕووی بۆڵەبۆڵ و ناڕەزایی و بێزاریی ببێتەوە بە هۆی خێزانەکەیەوە، ئیدی ئارەزووی قسەکردنیشی نامێنێت، ئەو نائارامییەی ئافرەتەکە بەهۆی مێردەکەیەوە هەستی پێدەکات دەبێتە هۆی ئەوەی پیاوەکەش گومان لە خۆی بکات و، متمانەی بە خۆی نەمێنێت.

ئەمەش لە کاتێکدا ئەو خانمەی هەڵسوکەوتی لەگەڵ هاوسەرەکەیدا شکۆمەندانەیە، تەنها هەستی متمانەبەخۆبوونی پێ نابەخشێت، بەڵکو دەبێتە هۆی ئەوەی هاوسەرەکەی لەگەڵ خەڵکدا بەڕێز و سەنگین بێت، واتە بەم کارەی هانی هاوسەرەکەی دەدات تا بیری بەهێزتر و تێگەیشتنی فراوانتر بێت.

دیارە پێویستە پیاوەکەش لە هەڵسوکەوتی دڵشکێن دوور بکەوێتەوە، چونکە ئەو کەسانەی خەڵکی دەشکێننەوە، هەرگیز ڕێز لە خۆیان ناگرن، واتە تەنها بۆ ئەوەی لەبەر چاوی کەسانی تردا خۆیان گەورە بنوێنن خێزانەکەیان دەڕەنجێنن!

ئەم جۆرە کەسانە هێندە ڕێزی خۆیان لەدەست داوە، کە توانای بیستنی سادەترین ڕەخنەشیان نییە.

بەکورتی؛ پێویستە لەم کاتەدا ئافرەتەکە موناقەشە لەگەڵ هاوسەرەکەیدا



نەکات و، خۆی لە وشەی ڕەقی وا بپارێزێت کە مێردەکەی پێیان هەڵ دەچێت، چونکە دەبێت بزانێت هاوسەرەکەی سەنگینی و ڕێزی خۆی لە دەست داوە و بەرپەرچدانەوەی ئەمیش تەنها کێشەکە گەورەتر دەکات.

بۆ تێکشکاندنی بەربەستەکانی بەردەم بەختەوەریی خێزان پێویستە ڕەچاوی ئەم ئامۆژگارییانە بکەن:

١- زوو زوو قسەی خۆش لەگەڵ هاوسەرەکەت بکە. لە هەموو خێزانێکدا کێشە و دەمەبۆڵێ هەر هەیە، بەڵام هەر کێشەیەکیش بەدڵنیاییەوە چارەسەرێکی هەیە، تەنها هێندە بەسە هەوڵێك بۆ چارەسەری بخەنە گەڕ.

٢- وریای گاڵتە و شۆخییەکانتان بن، گاڵتەیەك کە لە تام دەرچوو هەستی بەرامبەرەکەت بریندار دەکات، بۆیە هەر کات هەستت بەوە کرد بەرامبەرەکەت حەزی لە گاڵتەیەك نییە دەستی لێ هەڵ بگرە.

٣- لە ماڵەوە زەردەخەنە و هەڵسوکەوتی دڵسۆزانە بکەنە خوو. پێویستە پیاو بە لێوبەخەندەوە پێ بنێتە ناو ماڵ و سڵاو بکات و حاڵ و ئەحواڵ بپرسێت، ژنیش هەروا، پێویستە بە ڕووخۆشییەوە بەرەو پیری هاوسەرەکەی بچێت و لە چۆنییەتی تێپەڕبوونی ئەو ڕۆژەی بپرسێت.

٤- هەندێ جار کێشەی دەرامەت و گوزەران دەگاتە ئاستێکی بەرگەنەگیردراو و، ڕەنگە ببێتە هۆی کێشە لە خێزانەکەدا، ئیتر لەم دۆخەدا ئەگەر هەرکەسە و بەرپرسیاریەتی خۆی بەباشی لە ئەستۆ گرتبێت، ئەوا نابێت کەسیان ئەوی تر خەتابار بکات، چونکە بەختەوەریی و ئاسوودەیی خێزان لە پێش هەر شتێکەوەیە، پارە

دووبـاره بەدەسـت دێتـەوە، بـەڵام ئەگـەر لانەیـەك تێكچـوو گـران دێتـەوە جێـی خـۆی.

٥- پێویسـتە ئـاگاداری نەخۆشـییە دەروونییـەكان بـن، ئەگـەر هـەر ئەندامێكـی خێـزان هەڵسـوكەتەكانی نائاسـایی بـوون، پێویسـتە بـێ كات بەفیـڕۆدان چارەسـەر بكرێـت، ئەگەر نـا دەبێتە دەسـتپێكێك بـۆ كۆتایی هاتن بـەو خێزانـە.

ئـەو هەڵەیـەی لـەم بابەتـەدا زۆر ڕوودەدات ئەوەیـە خەڵكـی حەزناكـەن كێشـە دەروونییەكانیـان ئاشـكرا ببن، بۆ خۆ پاراسـتن لەو مۆری (شـێتی)یەی كۆمەڵگـە پەیوەسـتی دەكات پێیانـەوە، بۆیە دەبینین بەگشـتی هەمیشـە كێشـە دەروونییـەكان دەشـاردرێنەوە و پەردەپـۆش دەكرێن.. بەڵام پێویسـتە بزانن ئەم هەڵەیـە چەندیـن هەڵـەی دیكەی بـە دواوەیە.

٦- جیاوازیـی تێڕوانینـی هاوسـەرەكان بـۆ ژیـان و، نەگونجانـی میـزاج و ئـاوات و خولیاكانیـان بەربەسـتێكی سـەرەكیی بەختەوەریـن.

لێرەدا پێویستە بزانن كە خێزان سووچێكی تاكەكەسی نییە و، ئەندامانی دیكەی خێزانەكەشت مافی خۆیان هەیە، هەروەها نابێت لە تێڕوانین و هەڵسەنگاندنی جیاواز بترسن، چونكە بەختەوەریی خێزان لەسەر سروشت و تێڕوانین و بیروڕای جیاواز بنیات دەنرێت، ئەمەش تایبەتمەندییەكی بنچینەیی خێزانە.

٧- جیاوازیـی ئاسـتی خوێندەواریـش پەردەیەكـە بەسـەر ئاسـوودەیی خێزانـەوە، لـەم كاتەشـدا پێویسـتە ئەوەیـان كـە ئاسـتی خوێنەواریـی بەرزتـرە هـاوكار بێـت لـە پێگەیاندنـی ئـەوی دیكەیـان و، كتێبی بـۆ بخوێنێتـەوە و، لە چالاكییـە كۆمەڵایەتییەكانـدا بەشـداری پـێ بـكات و، بەرنامـەی پەروەردەیی بـۆ بدۆزێتـەوە، ئەگـەر نـا وتنـی: «تـۆ نەفامیـت و ، لـە هیـچ تێناگەیـت» چارەسـەر نییـە.

٨- هەندێـك گرێـی دەروونـی و، غیـرە و پرتـەو بۆڵـەش تەمێكـن بەسـەر بەختەوەرییـەوە، لـەم بارودۆخانەشـدا پێویسـتە تاكلایەنە نەبیـت و، زوو بڕیار نەدەیـت، بەڵكـو دەبێـت باش لە هـۆكار و سـەرچاوەی بابەتـەكان بكۆڵیتەوە، چونكـە هەندێـك جار هەندێ شـت كە لەڕاستیشـدا بوونیان نییـە دەبنە مایەی

موناقەشــە و بۆڵەبـۆڵ و تێکدانی کەشــی ئاســودەیی ماڵ.

٩- یەکێـك لـە بەربەسـتەکانی دیکـەی ئاسـودەیی بریتییـە لـە جیاوازیـی تەمـەن و کێشـەی سێکسـی.

شــتێکی ئەوتـۆ نییە کـە وەك چارەسـەر بەکاریبهێنیـن لە بابەتـی جیاوازیی تەمەنـدا، تەنها پێویسـتە ڕازی بیت بەوەی کە هەیە و سـەبری لەسـەر بگریت.

بــۆ کێشــەی سێکســیش پێویســتە ڕێگەچــارەی پزیشــکیی گونجــاو بگیردرێتــە بــەر.

١٠- منداڵنەبوونیش یەکێکە لە کێشەکانی ئەم باسە.

دوای ئـەوەی هەمـوو ڕێگەیەکتـان بـۆ منداڵبـوون گرتەبـەر، ئیـدی خۆناڕەحـەت کـردن هیـچ سـوودێکی نابێت، ئینجا شـەڕکردن لەسـەر ئەوەی منداڵەکەتـان بـۆ کـوڕە یـان بـۆ کچـە، زۆر زۆر هەڵـە و بـێ مانایـە، چونکـە نازانیـن کـچ باشـترە بۆمـان یـان کـوڕ.

١١- یەکێکــی دیکــە لــە گرفتەکانــی نێــوان هاوســەرەکان، جیاوازیــی پابەندبوونیانــە بــە بیروبــاوەڕەوە، لــەم بارەشــدا پێویســتە ئــارام و لەســەرخۆ بــن و، بــە هەڵســوکەوتی جــوان و گفتــی شــیرین ڕاســتییەکان لەیــەك بگەیەنــن، نــەك بــە زۆر بیســەپێنن.

ئـەو پەرستشـانەی بـە زۆر دەکرێن، نە سـوودی بـۆ بکەرەکـەی هەیـە نـە بۆ ئـەو کەسـەش کـە پێی دەکات، لەبـەر ئەمـە دڵنیـا بـن زۆرلێکـردن هیـچ سـوودێکی نییـە، لـەم ڕووەوە تەنهـا ژینگەیەکـی بـاش و تەندروسـت و، هاوەڵانێکـی دینـدار سـوودیان دەبێـت.

(سوپاسگوزاری) ڕۆزیی ڕۆزییەکانە.

عاکیف جەمیل

١٢- شـێوازی گفتوگۆکردنیـش کاریگەریـی لەسـەر ئاسـوودەیی خێـزان هەیە.

گفتوگۆیـەك کـە بـە ڕێکوپێکـی و بـە شـێوەیەکی ڕێزدارانـە و گونجـاو بەڕێوەبچێـت، باشـترین چارەسـەرە بـۆ کێشـەکانی خێـزان و، جوانتریـن کلیلیشـە بـۆ بـەرەو لووتکـە هەڵکشـانی ئاسـوودەیی خێـزان.

گفتوگـۆ دەبێتـە هـۆی باشـتر یەکترناسـینی ژن و مێـرد. کەسـانێك هـەن

کـە چەندین سـاڵە هاوسـەرگیرییان کـردووە و هێشـتا بەتـەواوی یەکـتر ناناسـن، واتـە چـۆن بـە گفتوگـۆ مرۆڤـەکان ئاشـنای یـەك دەبـن، بەوجـۆرەش بـە بـێ دەنـگ بـوون و قسـە نەکـردن یەکـتری بەباشـی ناناسـن.

ئەو کەسەی بە بنەما بێ نرخەکان بەرز بێتەوە، خێرا نزمیش دەبێتەوە.

لا بروێر

ئەگـەر دەتانەوێـت ڕەخنەیـەك لـە خێزانەکەتـان بگـرن، ئـەوا نابێـت بـە جۆرێـك پێـی بڵێـن کـە هەسـتی برینـدار ببێـت، یاخـود لای کەسـانی دیکـە باسـی بکـەن، چونکـە ئامانجـی ڕەخنەگرتـن لەبەرچـاوی خەڵکـی بەمەبەسـتی شـەرمەزارکردنی بەرامبەرەکـەت و خۆسـەپاندنتە، نـەك هـاوکاری کردنـی ئـەو.

بەپێچەوانەوە، پێویستە سەرەتا دڵی بۆ لای خۆت ڕابکێشیت.

جگە لەوەش پێویسـتە لـە ڕەخنەگرتندا ڕەخنە لە هەڵسـوکەوت بگیردرێت، نـەك لە کەسـەکان، چونکە ڕەنگە ڕەخنە ڕاسـتەوخۆکان لە خوودی کەسـەکان ببێتە هۆی دڵشـکانیان.

١٣- پێویسـتە هەرگیـز ڕێـز و خۆشەویسـتی لـە مـاڵ نەبڕێـت، چونکـە خۆشەویسـتی هەمـوو شـتێکی ماڵـە، دڵ زویـرەکان ئاشـت دەکاتـەوە و، ڕۆحـەکان دەبوژێنێتـەوە و، کۆتایـی بـە ناخۆشـییەکان دێنێـت، بـە واتایەکـی دیکـە (خۆشەویسـتی ژیانـی خێزانـە). سـاتە سـەختەکانیش ئـەو کاتانـەن کە خۆشەویسـتی زۆر گرنـگ دەبێـت تێیانـدا.

١٤- نابێـت ژیانـی خێزان بکرێتـە قوربانی کار و، پێویسـتە کات بۆ خێزان و منداڵـەکان تایبـەت بکرێـت و، لەگـەڵ یەکـدا بچنـە سـەیران و گەشـت و بـازاڕ کـردن.. بەڕاسـتی هیـچ مانایـەك نییـە بـۆ تێکدانـی ئاسـوودەیی ماڵ لە پێنـاو بەدەسـتهێنانی پارەدا.

ئـەو ژن و مێردەی بە مەبەسـتی گەیشـتن بـە بەختەوەریی هاوسـەرگیرییان کـردووە، پێویسـتە ڕێگاکانـی بەختەوەریـش بـاش شـارەزا بـن و، وەك دوو مامۆسـتا ئامـادەی پەروەردەکردنـی یەکـدی و منداڵەکانیشـیان بـن.. تەنهـا هـەوڵ و تەقەلایەکـی دڵسـۆزانە -بـا کەمیـش بێـت- ئـەم ئامانجـە دێنێتە دی.

26

هەنگاوی بیست و شەشەم

لە خوو و هۆگرییە خراپەکان دوور بکەونەوە

«ئالوودە بوون بە قومار و، مەی خواردنەوە و، خواردنی ماددە هۆشبەرەکان و خووە خراپەکانی دیکە سوودی بۆ هیچ کەس نەبووە و، بە پێچەوانەشەوە کۆتاییەکی بەئازاری بۆ ملیۆنان کەس سازاندووە، جا بۆ ئەوەی خێزانێکی ئاسوودە پێکبهێنن پێویستە لەم شتانە خۆتان بپارێزن».

ڕەینهۆڵد نیباهین

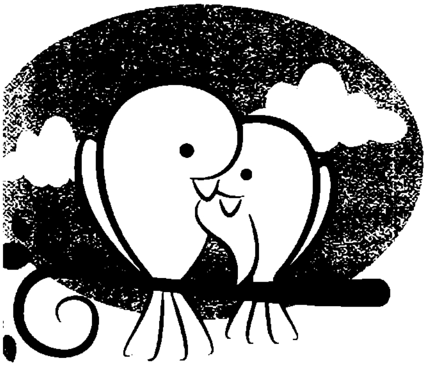
لە ڕۆژنامەیەکدا نامەی ماڵئاوایی پیاوێک بڵاو کرابووەوە، کە بەهۆی ئالوودەبوون بە خووە خراپەکانەوە خۆی کوشتبوو، لە کۆتا دێڕەکانیدا نووسیبووی:

«نەفرەت لەم قومار و مەیە! کە چل و پێنج ساڵی تەمەنم و، لانە و ژن و منداڵەکانی لەدەست دەرهێنام، ئێوەش ئەگەر عەقڵتان هەیە، ئەگەر کەمێکیش بێت بیر لە خۆتان و خۆشەویستان و لانەکەتان دەکەنەوە، نزیکی ئەم دەردانە مەکەون، دڵنیا بن ئەم دڕندانەی منیان لەناو برد، سۆز و بەزەییان نابێت بۆ ئێوەش.

ئێستا شەرم دەکەم بڵێم: «لێم ببورن»!

پارەم نەما، شەرەف و شکۆم هەڵوەری، ڕێزم لەناوچوو، من ئێستا

کەسێکی سووك و بێ نرخم، ئیدی چۆن داوای لێبوردن بکەم؟
هەرگیز لە من خۆش مەبن، لە خۆشتان خۆش مەبن ئەگەر پێتان هەڵخلیسکایە ناو ئەم دەردانەوە.
من وا دەمرم، هیچ نەبێ ئێوە زیندوو بمێنن...».
پێویستە گوێ بۆ دەنگی ئەو کەسانە ڕادێرین کە کەوتوونەتە داوی ئەم بەڵای ئالوودەبوونەوە، کە یەکێکە لە کێشە گەورەکانی ئەم چەرخەمان و بووتە یەکێك لە گەورەترین دوژمنەکانی خێزان.
نەخۆشخانە و زیندان و گۆڕستانەکان پڕن لە هاواری ئەم داماوانە، کەواتە پێویستە ئێمەش بەر لەوەی ئەم خووە خراپانە لە زەلکاوی ئالوودەبووندا نووقممان بکەن، ڕاستییەکان بەباشی ببینین.
کاتێك قومار و مەی و شتە خراپەکانی دیکە یەك دەگرن، لانیەك نامێنێت تێکنەچوویێت و، خێزانێك نامێنێت ڕیسوا نەبوویێت، هەر ئەوەندەی قومار و مەی دەستیان لە بینەقاقای خێزانێك نا، ئیتر تا کۆتایی بە خێزانەکە نەهێنن دەست هەڵناگرن.



کەسانێك هەن لەبەر قەرزی قومار ڕاخەری ماڵەکەیان و تەنانەت شەرەف و نامووسیشیان فرۆشتووە، هەیشە هەموو ژیانی لەسەر بەبادا داوە، هەیشە بوون و نەبوونی لەسەر مێزی قومار داناوە.
جا ئەم کەسانەش خێزانیان هەیە، ژن و منداڵ و، ڕەنگە دایك و باوکی نەخۆشیشیان هەبێت...
هەموو ئەمانەش ڕاستییەکن کە هەمووان دەیزانن و ڕەنگە کەسێك نەبێت گومانی لە دەرد و نەهامەتی هێنەری ئەم خووانە هەبێت، بەڵام ترسم هەیە لەوەی کە زۆرمان چارەی ئەم دەردانە نازانین.. خۆ تەنها ئەوە بەس نییە ڕێگە بە منداڵان نادەن بچنە مەیخانە و قومارخانەکانەوە. هەموو شتێك لە منداڵییەوە دەست پێدەکات، ئەو کەسەی بە منداڵی وەرەقەی

قومـاری گـرت بەدەسـتەوە، کە گـەورەش بوو دەتوانێت لەسـەر مێـزی قومار دابنیشێت.

ئەگـەر سـەرنج بدەن ئەو شـتانەی خێزان لەنـاو دەبەن، لە ئایینی ئیسـلامدا قەدەغـە کـراون، واتـە هـەر شـتێك قەدەغـە کرابێـت سـوودی بـۆ مرۆڤایەتی نییـە، بۆیـە پێویسـتە وریـای ئەم خاڵـە بین.

سـەلمێندراوە کـە سـاڵانە نیـو ملیـۆن منـداڵ بـە هـۆی ئەوەی شووشـەی مـەی بەدەسـت ئەندامێکـی خێزانەکەیانـەوە دەبینـن دەسـت دەدەنـە مـەی خواردنـەوە، ئەمـەش شـتێکی ترسـناکە؛ چونکـە مـەی لـە کۆمەڵگـەدا یان لە خێزانـدا بێـت ڕێـژەی تـاوان کـردن زیـاد دەکات.

بـۆ نموونـە بە پێـی ڕاپۆرتـە فەرمییەکانـی تورکیـا سـاڵی (١٩٩٩) نزیکەی (٦٦٪)ی تاوانـەکان و، (٦١٪)ی ڕووداوەکانی هاتووچۆ و، (٨٥٪)ی تاوانی کوشـتنەکان و، (٥٠٪)ی دەسـتدرێژییەکان و، (٥٠٪)ی شەڕەکان و، ٧٠٪ی لێدانـی نێـوان هاوسـەرەکان و، (٥٠٪)ی نەخۆشـییە ژیرییـەکان و، (٨٠٪)ی جیابوونـەوەی ژن و مێـردەکان لـە نێـوان کەسـانی مـەی خۆردا بـووە، یان بەهـۆی مـەی خواردنەوەوە ڕوویـان داوە.

گەورەتریـن هـۆکار لـە پشـت کەمئەنـدام بوونـی پێنـج ملیـۆن کەسـی وڵاتەکەشـمانەوە (مـەی)ە!

زۆر گرنگـە لـە خێزانـدا وریـای ئـەو کەسـانە بین کـە دەسـتیان داوەتە ئەم خـووە خراپانـە، یان مەیلیـان بەلایانـدا هەیە.

پێویستە هەوڵێکی پەروەردەیی گشتگیر بۆ نەهێشتنی ئەم خووانە بدرێت، کە هەڕەشەن بۆ سەر تەندروستی و داهاتوو و ئارامیی ماڵ و خێزان و میللەت، ئەگەرنا هەموو خێزانێك بە ڕێگایەك لەم قوڕاوەدا دەچەقێت کە زۆر خێرا بڵاو دەبێتەوە.

ئەرکـی سـەرەکیش لـەم بابەتـەدا دەکەوێتـە سەرشـانی هەمـوو دایـك و باوکێـك، چونکە بە پێـی لێکۆڵینەوە زانسـتییەکان دەرکەوتووە ئـەو منداڵانەی دایـك و باوکیـان لـەم دەردانـەوە دوورن، زۆر کەمـتر بـەدەم ئـەم گێـژاوەوە دەچن.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"گەر هاوسەرگیریتان کرد، کەسێك پەیدا بکەن کە خوو و ڕەوشت بەرز و کاربەجێ بێت، کەسێك کە ئالوودەی خووە خراپەکان بێت هەم زیانی بۆ خۆی دەبێت، هەم بۆ خێزانەکەشی".

جەناب شەهابەدین

بۆ ئەوەی کەسانی دیکە چاك بکەن، پێویستە سەرەتا خۆتان چاك بکەن.

زوبەیر گوندوزاڵپ

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"باشترینتان، ئەو کەسەیە کە بۆ خێزانەکەی باشە".

"چەندە بەختیارە ئەو کەسەی کە عەیبی خۆی دەبینێت".

مەولانا

"خوو و ڕەشتی جوان مەزنترین سامانە بۆ خێزان".

شاو

27

هەنگاوی بیست و حەوتەم

بەختەوەریی ئافرەت لە دایکایەتیدایە

زۆر خانمـی بەناوبانـگ پێیـان لەسـەر ئـەوە داگرتـووە کـە سـەرەڕای ئـەوەی هەمـوو شـتێکیان بەدەسـتهێناوە، بـەڵام لەبـەر نەبـوون بـە دایـك بـە بەختەوەریی ڕاسـتەقینە نەگەیشـتوون، ئەم کەسـانە بـەردەوام تامەزرۆی بوون بـە دایـك بـوون، چونکـە ئافـرەت چ لـە ڕووی جەسـتەییەوە و چ لـە ڕووی دەروونییـەوە بـۆ دایکایەتی بەدیهێـنراوە و، بەختەوەیی ڕاسـتەقینە بـۆ ئـەو ئەوەیـە کـە منداڵەکانی لە ئامێـز بگرێت و بۆنیـان پێوە بـکات و، ژیانـی خـۆی بکاتـە قوربانیان.

کـچ هـەر لـە منداڵییـەوە ئـارەزووی بـوون بـە دایکـی هەیـە و، هـەوڵ بـۆ ئـەوە دەدات لاسـایی دایکـی بکاتـەوە و، تامـەزرۆی دایکایەتییە و، دونیـای لـێ دەبێتـە دونیـای دایکـی.



کچـە گەورەکانیـش لـە پەیوەندییاندا بـە خوشـك و بـرا بچووکەکانیانـەوە ئـەو هەسـتی دایکایەتییەیـان لا گەڵاڵـە دەبێـت، ئافرەتـان هەرگیـز ناتوانـن لە ژێر کاریگەریـی ئـەم هەسـتە ڕزگاریـان ببێت.

هەسـتی دایکایەتـی لـە زۆر زووەوە لـە

کچە بچکۆلەکانـدا سـەرهەڵ دەدات، لـە کاتێکـدا کـە هێشـتا هیـچ باسـێك بـۆ دایکایەتـی و هاوسـەرگیریی ئـەو لـە ئـارادا نییـە، بـە واتایەکی دیکـە ئەمە هەسـتێکی خۆڕسـکە کـە بـەو کچـە دراوە تـا خـۆی بـۆ دایکایەتـی ئامـادە بکات .

کچـان هـەر کـە چاویـان بـە دونیـا هەڵهێنـا تامـەزرۆی بـوون بـە دایکن، هـەر ئـەوەی کە خۆشـترین شـت بەلایانـەوە ئەوەیـە کـە لەگـەڵ بوکەڵەکەیدا یـاری بکـەن و ڕۆڵـی دایکـی ببینـن بەڵگەیەکـی زۆر ڕوونـە کـە ئافـرەت بـۆ دایکایەتـی خوڵقێنـدراوە.

حەسرەتـی بـوون بـە دایـك لـەو خانمـە ناودارانەی کە بـە هـەر هۆیەکەوە بێـت لـە دایکایەتـی بـێ بەشـبوون، ئـەوە دەردەخـات کـە ئافرەتـان تەنهـا لـە دایکایەتیـدا بـە دڵخۆشـی ڕاسـتەقینە شـاد دەبن.

مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی کاتێـك دەڵێـت: « لـە سروشـتی ئافرەتـدا مەیلـی خۆشویسـتن و لـە ئامێزگرتنـی منداڵ هەیـە»، ئەوە دەردەخـات ئەگەر بێتـو ئافـرەت لـەم هەسـتە بێبـەش بێـت، دڵتەنـگ دەبێت.

هەندێ تێڕوانینی خانمە بەناوبانگەکان لەم بابەتەدا:

(د. ڕەیحـان سـۆنگار) دەڵێـت: «ئامانجـی ئافرەت منـداڵ هێنانـە دونیایە، بـە ویسـت بێـت یان نا ئافرەت هـەردەم خۆی بـۆ منداڵ بوون ئامـادە دەکات، ئەمە یاسـایەکی خودایيە.

ئاواتـی هەمـوو کچێکـی گەنـج لێـرە و لـە هەمـوو جێیەکـی دونیـاش پێکەوەنانـی لانەیـەك و بـوون بـە دایکـە، خولیای منـداڵ بوون لـە هەندێ لە هونەرمەنـدە ئافرەتەکانـدا تەنانـەت دوای چل سـاڵیش پشتڕاسـتکەرەوەی ئەم حـەزەی ئافرەتانە».

(تـورکان شـۆرای) دەڵێـت: «هیـچ خۆشـییەك ناگاتـە ئاسـتی هەسـتی دایکایەتـی، مـن تامـی زۆرینـەی خۆشـییەکانم کـردووە، بـەڵام چێـژی دایکایەتـی شـتێکی دیکەیـە...».

(هولیـا کۆچیغیـت) دەڵێـت: «مـن خـودی خـۆم بـوون بـە دایـك لـە خێزانێکـی ئاسـوودەدا بـە هیـچ شـتێك ناگۆڕمـەوە».

(فیلیز ئاکن) دەڵێت: «بە ڕای من ئامانجی ژیان بەختەوەرییە، بەختەوەرییش

به پاره ناکڕدرێت، به ناوبانگ بەدەست ناهێندرێت، بەڵام هەموو ئافرەتێك لە بوون بە دایکدا بەڕاستی بە بەختەوەریی دەگات».

(گۆنـول یـازار) دەڵێـت: «ناتوانـم لە نێـوان پـارە و ناوبانـگ و دایکایەتیدا یەکێکیـان هەڵبژێـرم، بەڵام ئەگـەر خاوەنی هیچیـان نەبوومایە، ئـەوا بێگومان بـوون بـە دایکم لـە خێزانێکی ئاسـوودەدا هـەڵ دەبژارد».

(ئەمـەل سـایین) دەڵێـت: «چـاوم بـە دووی دونیـا و ماڵـی دونیـاوە نییـە، تامـی هەمـوو شـتێکیم کـردووە، تەنهـا یـەك شـت نەبێـت، ئەویش بـوون بە دایکـە، هـەر لـە منداڵیمـەوە حـەزم دەکـرد ببمـە خانمـی مـاڵ و منداڵەکانـم خۆشـبوێت، بـەڵام نەکـرا، ئیـدی تەنهـا دڵتەنگیـم ئەمەیـە، وا دیـارە ئەمـەش پەردەیـەك بەسـەر هەمـوو خۆشـییەکانی دیکـەدا دادەداتـەوە».

دڵـی ئافـرەت، لـە دایکایەتیـدا ئۆقـرە دەگرێـت، پێگەیشـتنی کەسـایەتیی ئافـرەت لـە دایکایەتیـدا دەبێـت، بـە گشـتی لـە هەمـوو شـوێنێك پلەوپایەی ئافـرەت بـە دایکایەتـی دیـاری دەکرێـت، لەبـەر ئەمەیـە مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـی ئـەم ئامۆژگارییـە وەك بنەمـای بەختەوەریی بە گوێـی خانمانی ئەم سـەردەمەدا دەدات و دەڵێـت: «گفتوگۆیەکی سـادە و میهرەبانانـە لەگەڵ ڕۆڵە پاکەکانتـدا، لـە سـەدان فیلـم و سـینەما چێژ بەخشـترە».



ئەو ئافرەتانەی لە دایکایەتی هەڵدێن یان ناتوانن ببن بە دایك تا کۆتایی تەمەنیان حەسرەتی ئەو خۆشییە لەدەستچوویان دەخۆن و، ڕەنگە کێشەی دەروونییان بۆ دروست ببێت و، هەمیشە هەست بە تەنیایی بکەن و، لە هەرکوێیەك دایکێك ببینن ئیرەیی پێ ببەن.

بـەڵام ئـەو ئافرەتانـەی بوونەتـە دایـك، بەهێـزن و، وابەسـتەی ژیانن و خۆشـی و ئاسـوودەیی لـە ناخیان نابڕێـت..

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت:

"ئەوەی حەز دەکات تەمەنی درێژ بێت و، بەرەکەت بکەوێتە ڕزقییەوە، ئەوا با دڵی دایك و باوکی ڕابگرێت و، سیلەی ڕەحمیشی بپارێزێت".

"دڵی دایك، قوتابخانەی منداڵە".

هێنری فۆرد بیچەر

28

هەنگاوی بیست و هەشتەم

هۆکارەکانی «بۆڵەبۆڵ کردن»ی ئافرەتان چین؟

«ئایا بۆڵەبۆڵ کردنی ئافرەتان بە هۆی ئەوەوەیە کە خۆیان بۆڵەبۆڵکارن؟ یاخود بە هۆی ئەوەوەیە کە هاوسەرێکیان هەیە دەیانخاتە بۆڵەبۆڵ کردن؟»

د. کارن هۆڕنی

پێویستە ئەو پرسیارەی دکتۆر کارن -کە بە لێکۆڵینەوەکانی لە بواری خێزانییدا ناسراوە- بە هەند وەربگیردرێت.. هەر بەڕاستی بۆڵەبۆڵ کردن لە سروشتی ئافرەتانە؟ یاخود هۆکارێکی دیکە هەیە وایان لێدەکات بۆڵەبۆڵ بکەن؟

کاتێـک لـەو سـەرچاوە و لێکۆڵینەوانـە دەڕوانیـن کـە سـەبارەت بـەم بابەتـەن، دەبینیـن ئافرەتـان زیاتـر حەزیان لـە قسـەکردنە و، زۆرتر پێ لەسـەر بابەتێـک دادەگـرن و، کێشـەکانی ناخیـان بە قسـە و هەندێ جار بە شەڕەقسـە دەردەبـڕن.. دیـارە کـە هەمـوو کاتێـک هـۆکاری بۆڵەبۆڵەکـە خانمـان نیـن، دەبێـت پیاوانیـش لـەم بابەتـە نەبوێریـن.

بـەر لەوەی بچینە سـەر باسـی بۆڵەبـۆڵ کردنـی خانمـان، حەزدەکەم دوو بەسـەرهاتی خۆمتـان بۆ بـاس بکەم:

کاتێك مامۆستا بووم، قوتابییەکی شیرینم هەبوو بەناوی (ئەمەل)، کچێکی ڕێکوپێك و ڕێکپۆش بوو و، زۆریش زیرەك بوو، بەڵام کەسێکی داخراو بوو.

جارێك لە پۆلدا هاورێکەی تەنیشتی ڕاستەکەی شکاندبوو، لەسەر ئەمە ئەمەل گریانێك دەگریا کە بە هیچ بۆمان ژێر نەدەبووەوە! دواتر زانیمان لەبەر ئەوە بوو کە لە دایکی دەترسا.

لە کۆبوونەوەی دایکان و باوکاندا ئەم باسەم بە باوکی وت، کابرای داماویش بەدەست ژنەکەیەوە دەردەدار بوو، وتی:

«مامۆستا! خوا لەوە خراپتر نەدات، بەڵام کچەکەم دایکێکی هەیە، هەر هەڵەیەکی بچووك لە منداڵێکی ببینێت، ئەو ڕۆژە تا ئێوارە دەیڵێت و دەیڵێتەوە و، بەمەش هەم خۆی هیلاك دەکات و هەم ئێمەش بەخۆیەوە بێزار دەکات، ڕاستییەکەی هەموو خێزانەکە زەلالەتییەتی بەدەستیەوە.. هەر ئەو بۆڵەبۆڵ نەکات، ئیتر قەیناکە هەر چییەك دەبێ با ببێ».

دووەم بەسەرهاتیشم هی هاوکارێکی زۆر خۆشەویستمە.

خێزانەکەی قورگی دەئێشا و، ئەویش بردبووی بۆ نەخۆشخانە، کەچی پزیشك هیچ هۆیەکی تەندروستیی بۆ ئازارەکەی نەدۆزیبووەوە و، لە کۆتاییدا لێی پرسیبوو:

«نەکا هەر لەسەر زۆر وتن ڕاهاتبیت و هیچی تر؟»

لەو کاتەدا ژنەکەی هەستابوو و نەخۆشخانەکەی جێ هێشتبوو.

"قەدر و بەهای ئافرەتی چاك لە نەبوونیدا دەردەکەوێت".

عەبدولحەق حەمید

مامۆستاکەی هاوەڵم هەفتەیەك دوای ئەو ڕووداوەش دەیوت: هێشتا لە ماڵەوە ڕق و قین لەو دکتۆرە هەڵدەڕژێت.

دیارە ئەمەش بەگشتی بۆ هەموو خانمان نییە و، هەموو پیاوانیشی لێ بێبەری نین.

هۆکاری گرنگ هەن بۆ ئەو قەناعەتەی خەڵك کە ژن بە بۆڵەبۆڵکار دەزانن، بە واتایەکی دیکە ئەگەر خانمان بۆڵەبۆڵیش بکەن، ئەم هەڵسوکەوتەیان لە خۆیانەوە و بێ هۆ نییە.

ئەو خانمانەی بۆڵەبۆڵ دەکەن کامانەن؟

١- ئەوەی هەست ناکات بەڕادەی پێویست لە لایەن هاوسەرەکەیەوە گرنگ و خۆشەویست و پارێزراوە.

٢- ئـەوەی دەكەوێتـە ژێـر فشـاری زۆرەوە لەلایـەن هاوسـەرەكەیەوە و زووزوو توندوتیـژی بەرامبـەری دەنوێنرێـت.
٣- ئەوانەی هاوسەرەكانیان بێ دەستەڵات و، بێ غیرەت و تەمبەڵن.
٤- ئەوەی بواری دارایی ماڵەكەی لاوازە.
٥- ئـەو خانمـەی ئـەو هاوسـەرەی دەسـت ناكەوێت كـە بەهیـوای بووە و ناچـارە بە زۆر خـۆی لەگـەڵ مێردەكەیـدا بگونجێنێت.
٦- ئەوەی ئیمان و پەرستشی لاوازە.
٧- ئەوەی بەهای ئەو نیعمەتانە نازانێت كە لەبەردەستیدان.
٨- ئەوەی لەگەڵ خەسوویدا كێشەی هەیە.
٩- ئەوەشی كە لە شوێنی كارەكەی ئاسوودە نییە.

دەكرێت ئەمانە و چەندین هۆكاری دیكە بكەینە پاساوی ئەم هەڵسوكەوتەیان.

باشە دەكرێت ئەم كێشەیە نەهێڵین؟

لەم بارەیەوە لێكۆڵینەوە كراوە و، بەم ئەنجامانە گەیشتوون:

١- پێویسـتە گرنگـی بـە بابەتـی بۆڵەبـۆڵ كردنـی خانمـان بدرێـت و، لـە هۆكارەكانـی بكۆڵدرێتـەوە.
٢- پێویستە پیاو بەپێی پێویست خۆشەویستی و گرنگی بە ژنەكەی بدات.
٣- پێویسـتە زووزوو تاكەكانـی خێـزان كۆببنـەوە و كێشـەكانیان بخەنە بەر باس و، بـەدوای ڕێگەچـارەدا بگەڕێن.
٤- پێویسـتە ژن گرنگـی بـە هاوسـەرەكەی بـدات و، پیاویـش گرنگـی بـە خێزانەكـەی بـدات و، لـە كێشـەكانی یەكـتری بكۆڵنەوە.
٥- پێویسـتە بزانـن كـە خێـزان لانەیەكی كاتـی نییـە، بەڵكـو هاوەڵێتییەكی پیـرۆز و بەردەوامە.

ئـەم وتانـەی خاتوو (گولای ئاتاسـۆی) -كـە چەندین توێژینـەوەی گرنگی دەربـارەی ژیانـی خێـزان ئەنجامداوە- لەم باسـەی ئێمەدا جێـی بایەخن:

«ئـەو خانمـەی هاوسـەرەكەی گرنگیی تەواوی پـێ نـادات، بۆڵەبۆڵ وەك چەكێـك بـەكار دەهێنێـت و، وەك بەخۆداهەڵـدان لەبـەر چـاو مێردەكەیـدا دەیـكات. بـۆ نموونـە دەڵێـت: كە گەنـج بـووم چ كچێـك بـووم! خزمەكانم

ئەیانـوت شـایانی پادشـاکانم، ئای کێ و کـێ ئەهاتنە داوام! بـەڵام ئیتر قەدەر بـۆ یەکـی ویسـتین، ئەگـەر نـا مـن لە کـوێ بـووم و تۆ لـە کوێ!

ئیـتر بـە وتەی هاوشـێوەی ئەمـە وەسـفی خۆیان دەکـەن و، هـەوڵ دەدەن بیسـەلمێنن کـە کەسـێکی بەنرخن.

ئـەو پیاوەشـی گرنگـی بـەم حاڵـەی خێزانەکـەی دەدات، پێویسـتە لە بری تاوانبارکردنـی خێزانەکـەی بـە بۆڵەبۆڵـکار، بیربکاتـەوە و لەخـۆی بپرسـێت: باشـە ئـەم ژنـەی مـن هـەر وا بۆڵەبۆڵـکار بـوو؟ یـان هۆکارێـك هەیە بـۆ ئەم قسـانەی؟ نـەکا من هـۆی ئـەم بۆڵەبۆڵانـەی بم؟

بەمجـۆرە دەبێـت هـەوڵ بـدات تـا سـەر لـەم هەڵسـوکەتانەی خێزانەکەی دەردەکات.

تەنانەت ئەگەر توانی، پێویستە بچێت بارودۆخی قۆناغی منداڵیی خێزانەکەی هەڵبسەنگێنێت، چونکە ئەو ئافرەتەی کە لە منداڵییدا خۆشەویستیی تەواوی لەلایەن دایك و باوکیەوە پێ نەگەیشتووە، کاتێك دەبینێت هاوسەرەکەشی هەر وەك پێویست گرنگیی پێ نادات و خۆشەویستیی خۆی بۆ دەرنابڕێت، ئەوا ئەمیش دەست دەکات بە بۆڵەبۆڵ.

ئیـدی ئافـرەت بـە قسـە هێرشـی خـۆی دەکاتـە سـەر بەرامبەرەکـەی، لەبەرامبـەر ئەمەشـدا هاوسـەرەکەی چـی دەکات؟ دیـارە کـە خێزانەکـەی بـە بۆڵەبۆڵـکار تۆمەتبـار دەکات، بـەڵام ئەگـەر کەمێـك زیاتـر گرنگیـی پـێ بـدات و خۆشەیسـتی و هاوەڵێتـی و دۆسـتایەتیی نێوانیـان زیـاد بـکات، ئەوا نەخۆشـییەکە لـە ڕەگ و ڕیشـەوە بنەبـڕ دەکات».

بۆڵەبۆڵـی ژن بـێ هـۆ و لەخـۆڕا نییـە و، پێویسـتە پیـاو گوێـی لـێ ڕابگرێـت و، بیرێـك لـە هۆکارەکانـی ئـەم هەڵسـوکەوتەی خێزانەکـەی بکاتـەوە، بـەڵام ئەگـەر ئەویـش بـە بۆڵەبـۆڵ وەڵامـی بداتـەوە ئـەم حاڵەیـان تـا سـەر بـەردەوام دەبێـت و چارەسـەر نابێـت.

زۆر وتنی خانمان لە خۆڕایی نییە، هۆکارگەلێك هەن کە هێناویاننەتە قسەکردن.

پرۆفیسۆر حیلمی زیا ئولگێن

29

هەنگاوی بیست و نۆیەم

چۆن ڕێگریی لە دروستبوونی دەمەقاڵێ دەکرێت لە خێزاندا؟

«هەوڵدان بۆ یەکخستنی دوو کەس، دیارە کە گرانە و ڕەنجی زۆری دەوێت، بەڵام هەوڵدان بە نییەتێکی باشەوە، دەمەقاڵێکان زیاد ناکات، بەڵکو کپی دەکاتەوە».

پرۆفیسۆر و دکتۆر تاوش

ژیانی خێزان لەسەر لێکتێگەیشتن و، ئارامگرتن و لێبوردەیی بنیاتنراوە، بۆیە پێویستە هاوسەرەکان بۆ تێکنەدانی ئەم هاوسەنگییە هەوڵی زۆر بدەن.

مێژووی مرۆڤایەتی بە چەندین نموونەی لەم بابەتە نەخشێنراوە، هەر بۆ زیاتر تیشکخستنە سەر؛ ئەم نموونەیە دەهێنمەوە دەربارەی خێزانی فەیلەسوفی ناودار (سوقڕات).

ژنە بەدخووەکەی سوقڕات ناوبانگێکی هەیە، چونکە دۆست و دوژمنی نەدەخوێندەوە و هەردەم بەسەر سوقڕاتدا هاواری دەکرد و سەرزەنشتی دەکرد، لەبەرامبەر ئەمەشدا سوقڕات هەر ئارامی دەگرت.

دووبارە ڕۆژێك ژنەکەی سوقڕات هاواری دەکرد بەسەریدا و، بەمەشەوە نەوەستا سەتڵێك ئاویشی کرد بەسەریدا، کاتێك سوقڕات بینی وا دۆستەکانی زۆر ناڕەحەت بوون بەمە، وتی: «ئەمە شتێکی زۆر ئاساییە، چونکە دوای هەورەگرمەی زۆر، باران دەبارێت، دەستی خانمەکەم خۆشبێت، منی شۆرد و پاکی کردمەوە».

لە هەموو خێزانێکدا دەمەقاڵێ و یەکتر تاوانبارکردن و، تەنانەت دڵڕەنجاندنیش هەیە، ناکرێت بەر لەمە بگیردرێت، بەڵام پێویستە ئەم موناقەشانە بە لێکتێگەیشتن و ئارامگرتن کۆتاییان پێ بهێنرێت، خۆ ئەگەر زۆر بخایەنن ئەوا کێشەی زۆر جددییان لێ دەکەوێتەوە.

بەگشتی هۆکاری دەمەقاڵێی سەخت و شەڕ و ئاژاوەکانی خێزان لە سێ بواردایە:

١- دوو هاوسەرەکە وەك پێویست یەکیان نەناسیوە و میزاجیان لەگەڵ یەك ناگونجێت.

٢- کێشەی دارایی.

٣- دەستتێوەردانی کەسانی تر لە کاروباری تایبەتیی خێزانەوە.

هاوسەرگیریی بەر لە یەکترناسین و، جیاوازیی هەڵسوکەوت و خوو و ئارەزوو و تێڕوانین بۆ ژیان، هۆکارێکی سەرەکی نەگونجانە.

کزی و لاوازیی توانای دارایی پێویستیش یەکێکە لە گرفتەکانی شارنشینەکان، ئەمە هەرچەندە لای گوندنشینەکان کێشەیەکی ئەوتۆ بەرپا ناکات، بەڵام لای شارنشینەکان بەپێچەوانەوەیە.

خۆتێهەڵقورتاندنی خزم و کەس لە ژیانی خێزانیی تازەهاوسەرەکانەوە و، ویستی ئاڕاستەکردنیان لە دەرەوەی خێزانەوە یەکێکی دیکەیە لە هۆکارەکانی ناسەقامگیریی خێزان.

هەندێك کەس دەوەستن و حەیف بۆ ئەوە دەخۆن بۆچی هاوسەرگیرییەکی خراپیان کردووە، لەکاتێکدا ئەگەر لەبری کڕووزانەوە کار بۆ باشترکردنی ژیانی خۆیان و خێزانەکەیان خەرج بکەن و، هەوڵی ئاسوودەبوون بدەن کارێکی ژیرانەتر دەبێت.

پێویستە ئەو ڕووداو و حاڵانەی هەموو خێزانەکە پێیان دڵخۆش دەبن دیاری بکرێن و، هەوڵ بدرێت بە پێی توانا زۆر بکرێن، چونکە بەختەوەریی ئەگەر کەسانی دیکەی تێدا پشکدارکرا و، گرنگی تەواوی پێدرا، زوو چڕ دەکات. بنەمای خێزانی بەختەوەر ئەوەیە لەپاڵ تێگەیشتنی جیاواز بۆ بەختەوەریی هاوسەرەکان تێگەیشتنێکی هاوبەش دروست

بکەن بۆ ئاسوودەبوونی هەموو ئەندامانیان، ئەگەر لە خێزاندا هەوڵی هاوبەشکاریی نەبوو، ئەوا بەختەوەرییش بوونی نابێت.

ئەو خۆشەویستییەی بەرامبەر بە هاوسەر هەستی پێدەکرێت، پێویستە لە وتە و کرداردا ڕەنگ بداتەوە، باشترین وەسفی ڕێز و خۆشەویستیش، لە ناخەوە گرنگی دانە بە بەرامبەرەکەت، کەسێك چەندێك گرنگی بە بیروهەستەکانی هاوسەرەکەی دەدات، بەو ئەندازەیەش ڕێزی لێ دەگیرێت و بەبەهایە لای، خۆشویستن و خۆشویسترانیش پێویستییەکی بنەڕەتی هەموو مرۆڤێکە.

کاتێك ڕەخنە لە هەڵسوکەوتێکی ژن یان پیاوەکە دەگیردرێت، نابێت کەسایەتیی بکرێتە ئامانج، بەراوردکردنی ڕووخسار و پۆشاك و هەڵسوکەوتی هاوسەر لەگەڵ کەسانی دیکەدا و، ڕەخنەگرتن لە لایەنە نەرێنییەکانی کارێکی جوان نییە، پێویستە بەتایبەتیش خۆبپارێزرێت لە ڕەخنەگرتن و بچوککردنەوەی یەکتری لەپێش چاوی کەسانی دیکەدا، بگرە زۆر گرنگە کە لای کەسانی دیکە پشتوپەنای یەك بن و، تەنها ڕووە باشەکانی یەکتری لەبەرچاو بگرن.

پێویستە هەوڵ بدەن پەیوەندی لەگەڵ هاوسەرەکەتان، لەسەر بنەمای ئامانجەکانی داهاتوو و، هیوا و ئاواتەکانتان بنیات بنێن؛ نەك لەسەر ناخۆشی و ناسازییەکانی ڕابردووتان، لەم لایەنەشەوە پێویستە ئاڵوگۆڕی بیر و هەست چڕ بکەنەوە، کاتێکیش ئەمە دەکەن بیرتان بێت کە زۆر کات بەختەوەریی لە هیوا و ئاواتەکانەوە سەرچاوە دەگرێت.

لە ڕاستیدا جارجارەش دەمەقاڵێ لە نێوان هاوسەرەکاندا پێویستە. ئەگەر لەبەر دروست نەبوونی کێشە؛ هەر گرفتێك هەبوو شاردرایەوە و، کپ کرا، دوای ماوەیەك ڕەنگە ئەم کێشە کەڵەکەبووانە کێشەی قورسیان لێ بکەوێتەوە، ئەو کەسەی کە هەمیشە داواکارییەکانی لە ناخیدا قەتیس دەکات، دوای ماوەیەك بەرگەی ئەو هەموو فشارە ناگرێت و، ئەم داواکارییانەی وەك بوخارێك دەتەقێتەوە و، کاتێکیش کار گەیشتە ئەم تەقینەوەیە، زیانەکان زۆر زیاتر دەبن.

ئەگەر کێشەکان لە کاتی خۆیدا بە گفتوگۆ لێیان بکۆڵدرێتەوە؛ بەر لە گەیشتن بەم خاڵە چارەسەر دەکرێن، هەر نەبێت زیانەکانیان کەمتر دەبێت.

چۆن نەگونجاوییەکانی ماڵەوە دەگەیەندرێنە نزمترین ئاست؟
بۆ ئەم مەبەستە پێویستە ئەم ڕێگایانە بگیردرێنە بەر:

١- دەبێـت ئـەوە بـاش بزانن، ئەگـەر دەمەقاڵـێ و نائارامی لە تـام دەرچوو ئیـدی سـەرکەوتوویەك نامێنێـت، پێویسـتە کێشـەکانی مـاڵ بـێ پەنابردنە بەر دەمەقاڵـێ چارەسـەر بکرێـن، چونکـە ئەگـەر ڕێگـە بـۆ دەمەقاڵێیەکـی تونـد خـۆش بکرێـت، کێشـەکە قووڵـتر دەبێتەوە.

٢- هەمـــووان بەرانبــەر بــە ڕووداوێــك کــە بیانڕەنجێنێـت کاردانــەوەی جیاوازیــان هەیــە، لــە هەنــدێ کەســدا ئــەم هەســتە زۆر زیاتــرە و، هــەر لەگـەڵ بچووکتریـن ڕووداودا تـووڕە دەبـن و قیامـەت بەرپـا دەکـەن، خێزان و منداڵـی ئەمجـۆرە کەسـانە هەمیشـە دڵتەنگـن، چونکـە لـە هـەر سـاتێکدا ئەگـەری هەڵچـوون و تووڕەبـوون هەیـە، بـەڵام وەك هـەر شـتێك ئەگـەر بـە وریاییـەوە هەڵسـوکەوت بکرێـت تووڕەبوونیـش جڵـەو دەکرێـت.. مـرۆڤ ئەگـەر ویسـت و ئیـرادەی خـۆی بەکاربهێنێـت دەتوانێـت ئاڕاسـتەی ئـەم خـووە ناشـیرینەی خـۆی بگۆڕێـت.

٣- زۆر گلەیی کردن و ڕەخنەگرتن لە کەسی بەرامبەر لە خێزاندا؛ کەسەکە بێزارتر دەکات و، دەبێتە هۆکاری خراپ جوڵانەوەی، لەبەر ئەوە پێویستە ژن و مێرد زۆر سەرنەکەنە سەر یەکتری، لە کاتی ڕەخنەگرتنیشدا پێویستە ڕێز لەیەك بگرن و حسابی کەسێکی تێگەیشتوو بۆ یەك بکەن.

٤- دەبێـت پیـاوان زۆر گلەیـی و گازنـدە دەرنەبـڕن و، خانمەکانیـش تادەتوانـن لێبـوردە بـن.

ئارامنەگرتـن و نـاڕازی بوون لە ماڵشـێواندنی پیـاوان و، هێنانەوەی میوانی ناوەخـت و، کاروکردەوەیـەك کـە لـەوەو پێـش نەیکـردوون، دەشـێت ببێتـە سـەرچاوەی ناثارامـی، لـەم بـارەدا دەکرێـت بـە ئارامگرییەکـی کەم کێشـەی زۆر گـەورە سـەرکوت بکرێت.

٥- پێویسـتە ژن و مێـرد لەبەرامبـەر هەندێك وتە و قسـەدا -جا بەمەبەسـت وتبێتیـان یـان نـا- داوای لێبوردن لـە یەك بکـەن و بڵێن: «بمبورە، بە مەبەسـت نەبـوو، نەمتوانـی بەسـەر تووڕەییەکەمـدا زاڵ ببـم»، یـان «زۆر خـراپ تووڕە بـووم، نەمدەزانـی چـی ئەڵێم و چـی ئەکەم».

٦- دەمەقاڵێـی نێوان هاوسـەرەکان بـەو واتایە نییە لەیـەك تێناگەن، چونکە هەنـدێ جـار بـێ ویسـتی خۆیـان دەکەونـە دەمەقاڵێ، ئـەوەی گرنگـە ئەوەیە قسـەکانیان لـە چوارچێوەیەکـی ڕێزدارانـەدا بەڕێـوە بچێـت و، هۆیەکانـی دەمەقاڵێکـە بدۆزرێتـەوە و مافـی هەریەکەیـان پارێـزراو بێت، تا لـە ئەنجامدا کێشـەکان چـارە بکـەن، بەپێچەوانەشـەوە ئەگـەر هاوسـەرەکان هەمیشـە هەر شـەڕیان بێـت و لـە وردەکاریـی ڕووداوەکان نەکۆڵنـەوە و، سـەرچاوەکانی نائارامییەکانیـان نەدۆزنـەوە، ئیـدی ژیـان بـۆ هـەر دوو لایـان بارێکـی گـران دەبێت.

٧- پێویسـتە زۆر لەسـەر ڕووداوە سـادەکانی مـاڵ ڕانەوەسـتن، نابێـت هاوسـەرەکان هەڵـەی بچـووك و هیـچ زەق بکەنـەوە، چونکـە بەگشـتی زۆرینـەی شـەڕەکان لـە گەورەکردنـی ڕووداوە بچووکەکانـەوە سـەردەردێنن. دەشـێت شـەڕێك لەسـەر ئـەوەی یەکێکیـان لەسـەر قسـەی ئـەوی دیکـە کە دەڵێـت: «ئـەو منداڵـە بۆچـی ئەگـری؟ بـۆ ژێـری ناکەیتـەوە؟» هەڵبداتەوە و بڵێـت: «جـا خـۆ هـەر منداڵـی مـن نییـە، تـۆ بچـۆ بێدەنگـی کـە»، ئەمـەش ڕەنگـە چەنـد کاتژمێریـك بخایەنێـت.

٨- هەنـدێ جاریـش هاوسـەرەکان بـە هەڵـە لەیـەك دەگەن، هەنـدێ جار یەکێکیـان بـە ویسـتی خـۆی شـتێك دەڵێـت یـان ڕەنگـە بـە نییەتێکـی بـاش ئەو قسـەیە بـکات، بـەڵام لەبـەر بەدحاڵیبوون یاخـود باش هەڵنەسـەنگاندنی قسـەکە دەشـێت ئەم قسـانە ببنە هۆی شـەڕێکی توند لە نێوانیاندا. لە ڕاسـتیدا ئەگـەر لە قسـەیەك بـاش تێنەگەیشـتن، پێویسـتە داوای دووبارەکردنـەوە بکەن و، دووبـارە گوێـی بـۆ ڕابگرنەوە و، بە مێشـکێکی سـافەوە کاردانـەوە بنوێنن.

٩- خێزان لە کارگەیەك دەچێت، هاوسەرەکانیش ئامێرە بزوێنەر و بەرهەمهێنەکانی ئەم کارگەیەن، هەروەك چۆن نابێت ئەم ئامێرانە بە پێچەوانەی بزاوتی یەکەوە کاربکەن، هاوسەرانیش بەهەمان شێوە؛ پێویستە لەبری ئەوەی یەکتری تێکبشکێنن، پێکەوە کاربکەن بۆ ئاسوودەکردنی یەکتر.

١٠- هەرگیـز نابێـت ئـەو دەمەقاڵێیانەی لـە ماڵێکدا دەکرێـن بەدیار چاوی منداڵەکانـەوە بکرێـن، چونکـە گـەر منداڵـەکان ئـاگاداری ئـەم ناکۆکییانە بن ئـەوا ئـەم حاڵە وایـان لـێ دەکات کەسـانێکی شـەڕەنگێزیان لـێ دەربچێت،

یاخـود ئەگـەر هەمـوو توورەیـی و هەسـتەکانیان لە ناخـی خۆیاندا بشـارنەوە ئـەوا کەسـانێکی ترسـنۆك و شـەرمنیان لـێ دەردەچێـت، جگـە لـەوەش شەڕوشـۆڕی نێـوان دایـك و بـاوك هەسـتی دایکایەتـی و باوکایەتـی لەکەدار دەکات و، ڕێزیـان لای منداڵەکانیـان کـەم دەکاتـەوە.

١١- لـە کاتـی دەمەقاڵێـی تونـددا، هەرگیـز نابێـت منداڵـەکان پەلکێشـی نـاو بابەتەکـە بکرێـن و، داوایـان لێ بکرێـت لایەنگریی یەکێکیان بـن، نابێت لـە کاتـی شـەڕی نێوانتانـدا بـە منداڵـەکان بڵێـن: «تەماشـاکە ڕۆڵـە، ئەبینیت دایکـت چـۆن هەڵسـوکەوتم بەرامبـەر ئەکات، ئێسـتا تـۆ بڵێ کاممان لەسـەر هەقیـن؟»، یـان «تەماشـاکە ڕۆڵـە، خـۆ باوکـت ئەبینیـت چـۆن بـە ناهـەق لەگەڵـم ئەجوڵێتـەوە، تـۆ بڵێ ئـەو تاوانبارە یان مـن؟» بەمجـۆرە منداڵەکانتان ناچـار بەهەڵبژاردنـی یەکێکتـان بکەن.

نابێـــت هەمـــوو دەمەقاڵێـــەك ببێتـــە هـــۆی یەکـــتر زویرکـــردن یـــان دڵشـکاندنی یەکـتری، بەڵکـو پێویسـتە هاوسـەرەکان بزانـن کـە بـە چ شـتێك زۆر هەسـتیارن و، ئـەو باسـانە نەهێننـە پێشـەوە.

دەبێـت بـاش ئـەوە بزانـن کـە شـەڕ و دەمەبۆڵێـی تونـد هەرگیـز چـارەی کێشـەکان ناکـەن، بەڵکـو بەپێچەوانـەوە کێشـەکان زیاتـر دەکـەن.

ئـەم وتەیەی مامۆسـتا سـەعیدی نوورسـیش زۆر باش ئەم باسـەی پوخت کردووەتەوە، کـە دەڵێت:

«چەکی سـەرکەوتن بەسەر کەسـانی خوێندەوار و تێگەیشتوودا، قەناعەت پێکردنیانـە، نـەك بەکارهێنانی زۆر و زەبر وەك کێوییە هیچ نەبیستەکان».

"ئەگەر ژنەکانتان ئێوەیان خۆش بوێت، لە هەموو هەڵەیەکتان دەبوورن، بەڵام ئەگەر خۆشیان نەوێن ڕەخنە لەهەر کردەوەیەکتان دەگرن، کەواتە ئەرکی پیاوان ئەوەیە خۆیان لای خێزانەکانیان خۆشەویست بکەن".

هۆنۆری دێ بالزاگ

30

هەنگاوی سییەم

توندوتیژی لە خێزاندا چارەسەر نییە

«نایابترین خاوەن خێزان، کە پێغەمبەری ئازیزمانە (د.خ)، تەنانەت پەلەپیتکەیەکیشی لە هاوسەر و خزمەتکارەکانی نەداوە و، هەرگیز قسەی ناشیرینی پێ نەوتوون و، هەڵسوکەوتێکی نەنواندووە کە ئەوانی پێ بشکێنێتەوە».

محمد حەمدی یازر ئێلمایی

توندوتیژی لە خێزانـدا، بـە لێدانـی هاوسـەر و منداڵـەکان، بەکارهێنانـی هێـز و فشـار، لـە هیـچ چەرخێکـدا هیـچ کێشـەیەکی چارەسـەر نەکـردووە؛ بەڵکـو بەپێچەوانـەوە؛ چەنـد قـات زیاتـری کـردوون.

سـەدان نموونـەی تـاڵ هـەن کـە دەرئەنجامەکانـی توندوتیژی لـە خێزاندا دەردەخـەن، ڕەنگـە هەمـوو کەسـێك کـەم یـان زۆر شـاهیدی ڕووداوێکـی لەمجـۆرە بووبێـت، چونکـە زووزوو دیمەنـی ئـەم شـێوازە ناشارسـتانانەیە لە شاشـەی تەلەفزیـۆن و ڕاپەوەکانـی دادگادا نیشـان دەدرێـت.

تـا توندوتیـژی لە هـەر خێزانێکدا زیاتـر بێت، ئـەو خێزانە تەمەنـی کورتتر و ژیانێکـی نائارامیـان دەبێـت، چونکـە توندوتیـژی کۆتایـی بە دۆسـتایەتی و متمانـە و ئاسـوودەیی و هاوبەشـی دەهێنێت.

کاتێـك مامۆسـتای قۆناغـی سـەرەتایی بـووم قوتابییەکـم هەبـوو بەنـاوی (ئایسـێل)، کـە لـە پۆلـی چـوارەم بـوو، تـا بڵێـی گۆشـەگیر و داخـراو بـوو،

هەرگیـز نەدەچـووە نـاو کۆمەڵـی هاوەڵانـی و خۆشـی دەرنەدەخسـت.

ڕۆژێـك کە هات بـۆ قوتابخانە چاوێکـی پێچرا بوو، هەرچەنـدە پێداگریم کـرد بـەڵام هۆکارەکەی نـەوت، تەلەفۆنمـان بۆ باوکی کـرد، لەماڵـەوە نەبوو، دایکیشـی کۆمەڵێك بیانـووی هێنایـەوە و، ئەویش نەهات.

دواتـر زانیـمان کە هـەم خۆی و، هـەم دایکیشـی ڕووبـەڕووی توندوتیژی بوونەتەوە.

باوکـی بەسەرخۆشـی دەچێتـەوە بـۆ مـاڵ و، هـەر کاتێك دایکی شـتێکی پـێ بلێـت بەردەبێتە گیانـی، منداڵەکانیش کاتێـك هەوڵ بـدەن دایکیان ڕزگار بکـەن، ئەوانیـش دەکەونـە بەر ڕەحمەتـی لێدانەکانـی باوکیان.

ئـەم درامایـە زۆری نەخایانـد، دایکیـان خـۆی ژەهرخـوار کـرد و، خـۆی کوشـت، ئایسـێلیش کە گەورەتریـن منداڵی ماڵەکە بوو، دەسـتی لـە خوێندن هەڵگـرت و، بـەو منداڵییـەوە کەوتـە بەخێوکردنـی خوشـك و براکانـی، باوکیشـیان ئیـدی سـەری نەکـردەوە بـەو ماڵـەدا.

توندوتیـژی لـە خێزانـدا ئەمـە و سـەدان کارەسـاتی دیکـەی وەك ئەمـەی لێکەوتووەتـەوە.. وەك لـە وڵاتـی ئێمەدا هەیـە، لە وڵاتانی دیکەشـدا بەهەمان شـێوەیە، بەتایبەتـی لـە ڕۆژئـاوا، خانمـان زۆر زۆر لێـدان دەخـۆن بەدەسـتی هاوسـەرەکانیان، تەنانـەت لەوێ چەند شـوێنێك هەن کە ئافرەتـان وەك پەناگە ڕووی تێدەکـەن، بـۆ نموونە لە ئەمریـکا هەموو سـاڵێك (٢-٤) ملیۆن ئافرەت لـە لایەن هاوسـەرەکانیانەوە لێیان دەدرێـت، بە پێی ڕاپۆرتێکـی (FBI) هەموو چـوار ڕۆژ جارێـك ئافرەتێـك بەهۆی لێدانـەوە دەمرێت.

توندوتیـژی هۆکارێکـی گرنگـە بـۆ لەناوبردنـی ئارامیی مـاڵ، چونکە لەم بـارەدا بـە زۆر مل بـە ئافرەتەکە کـەچ دەکرێـت و کارەکە دەبێتە خۆسـەپاندن، واتـە پیاوەکـە بانگەشـەی دەسـتەڵاتداربوونی خـۆی دەکات، دیـارە پیاوێـك متمانـەی بەخـۆی هەبێـت هەرگیـز پەنا ناباتـە بەر ئـەم ڕێگـە دڕندانەیە.

دووبـارە بەپێـی لێکۆڵینەوەیـەك لە ئەمریکا، ئـەو پیاوانەی لـە خێزانەکانیان دەدەن کەسـایەتییەکی لاوازیـان هەیـە و، ترسـنۆك و کێشـەدارن، هەروەهـا قۆناغـی منداڵیشـیان دوور لـە سـۆز و میهرەبانـی بردووەتە سـەر.

پسـپۆڕانی دەروونناسـی وڵاتانـی خۆشـمان پشتڕاسـتی ئـەو لێکۆڵینەوەیە

دەکەنــەوە کــە لــە ئەمریــکا کــراوە، یەکێــك لەوانیــش پڕۆفیســۆر و دکتــۆر (ئۆزجــان کۆکتێــل)ە، دەڵێــت: «لێــدان تەنهــا کاریگەریــی لەســەر جەســتەی ئافــرەت نابێــت، بەڵکــو دەبێتە هۆی تێکدانــی هاوســەنگیی دەروونیی. کاتێك بــاوك لــە دایــك دەدات و، دایکیــش داخــی دڵی بــە منداڵەکانــی دەڕێژێت، لە ئەنجامــدا منداڵــەکان خــراپ دەردەچــن.

جگــە لــەوەش ئــەو کەســانەی چێــژ لــە لەکەدارکــردن و ســەرکوتکردنی کەســانی دیکــە دەبینن، لەڕاســتیدا کەســایەتی خۆیان لەکەدار دەکــەن. بە ڕای مــن لێــدان تاوانــە، هەڵســوکەوتێکی زۆر ســووك و بێ نرخــە...».

لــە ســاڵی (١٩٩٧)دا ڕێکخراوی توێژینــەوەی خێزانــی، لێکۆڵینەوەیەکیان ســەبارەت بە ئاســتی توندوتیــژی لە تورکیــا ئەنجامدا.

ئەنجامی لێکۆڵینەوەکە بەمجۆرە بوو:

* زۆربــەی ئــەو خانمانــەی هاوســەرگیرییان کــردووە، لەلایــەن باوکیانەوە توندوتیــژی بەرامبەریــان کــراوە، ڕێــژەی توندوتیــژی جەســتەیی (٥٩٪) و، ڕێــژەی توندوتیژیــی دەروونیــش لــە (٦٣٪)یــە.

• ئەو ئافرەتانەی هەوڵی خۆکوشتنیان داوە، زۆر چەوسێندراونەتەوە.

• (٤١٪)ی ئــەو ئافرەتانــەی توندوتیژییــان بەرامبــەر کــراوە، هەوڵــی خۆکوشــتنیان داوە.

• (٣٣٪)ی ئەو پیاوانەی توندوتیژی دەنوێنن، مەیخۆر و قومارباز بوون.

• (٩٢٪)ی خانمــان لــە ڕۆژەکانی ســەرەتای هاوســەرگیریياندا دووچاری زەبروزەنــگ بوونەتەوە.

• (٤١٪)ی ئــەو ئافرەتانــەی توندوتیژییــان بەرامبــەر کــراوە، لــە ترســی توندوتیــژی زیاتــر ســەردانی بنکــەی پۆلیســیان نەکــردووە.

• گشت خانمان لە سنووری ماڵەکەیاندا توندوتیژییان بەرامبەر کراوە!

• (٤٦٪)ی ئــەو پیاوانــەی توندوتیــژی دەنوێنــن تەنهــا هێــزی جەســتەیان بەکارهێنــاوە و، (٢٢٪)یــان بــە کەلوپەلی تیژ و، (١٣٪)شــی بە شــتی تر بووە.

• (٧٧,٨٪)ی خانمــان لەکاتــی تووڕەبوونــی مێردەکانیانــدا داوای هاوکارییــان لــە کــەس نەکــردووە.

• (٤٩,٤٪)ی خانمـان لـه منداڵییاندا بەدەسـتی دایك و باوكیـان لێدانیان خواردووه.

زۆر هـۆكار هـەن بـۆ توندوتیـژی لـە خێزاندا، مـەی و هۆگرییـە خراپەكان سـەرەكیترین هـۆكارن. مەیلـی دەسـتەڵاتداربوون لـە خێزانـدا لای پیـاوان یەكێكـە لـە هۆكارەكانی پەنابردنی پیـاوان بۆ زەبروزەنگ، چونكـە هەندێ پیاو خۆپەرسـتانە هەڵسـوكەوت دەكات، دەڵێـت: «مـن پیاوم و دەبێت قسـەی من بخـوات، تـۆ ئافرەتیـت، عەقڵـت ناتـەواوە!»، لەڕاسـتیدا ئـەم پیاوانـە هەواڵی مافـی ڕادەربڕینـی ئافرەتانیان نەبیسـتووه.

ڕەنگـە بـۆ جارێكیش بێت بـە خێزانەكەیـان نەڵێـن: «تۆ ڕات چییە لەسـەر ئـەم بابەتـە؟»، لەم بـارەدا ئافرەتەكـە هەسـت دەكات بوونەوەرێكـی بێكەڵكە، ئیـدی بەهـۆی ئەمەوە هـەردەم دەمەبۆڵێیەتـی لەگەڵ هاوسـەرەكەیدا.

ئـەم شـێوە هەڵسـوكەوتەی پیـاو لەخێزانـدا كێشـەیەكی گەورەیـە، چونكە ئیـدی ڕۆژێـك دێت ئـەو ئافرەتەی هـەردەم لە ژێـر فشـاردایە و وەك ڕۆبۆتێك كاری پێدەكرێـت دەڵێـت: «باشـە مـن هیچ مافی قسـەكردنم نییە لـەم ماڵەدا؟ خـۆ مـن كۆیلـەی ئـەم ماڵـە نیـم» و، سـەرپێچی هاوسـەرەكەی دەكات، خۆ ئەگـەر سەرپێچیشـی نـەكات ڕۆحـی زۆر نائـارام دەبێت.

ئـەم دەمەبۆڵـێ و نەگونجاوییـە هـەر بەمـەوە ناوەسـتێت و، لەگـەڵ تێپەڕبوونـی كاتـدا زەبروزەنگـی زۆر لـە خێزانەكـەدا سـەر هـەڵ دەدات و، لە هەمووشـی خراپـتر ئەو لانەیەی بـە هـەزاران خەیاڵاتی جوانـەوە بنیاتیان ناوە ئاسـوودەیی لـێ دەبڕێـت و، بـەرەو لەناوچـوون دەچێـت.

هۆكارەكانی توندوتیژی لە خێزاندا:

١- ئـەو كەسـەی زەبروزەنگ بەكاردەهێنێت كێشـەی دەروونیـی هەیە و، بە هەڵـە لـە ڕووداو و كەسـەكان تێدەگات و بڕیـاری هەڵـەش دەدات، ئەمجۆرە كەسـانە بێگومان پێویسـتیان بـە چارەسـەری دەروونی هەیە.

٢- ئـەو هاوسـەرانەی ڕووداوەكان زۆر گـەورە دەكـەن و، زۆریـان بـاس دەكەنـەوە و، لەسـەریان دەڕۆن، ڕێگـە بـۆ كێشـەی گەورەتـر خـۆش دەكەن. ئـەم كەسـانە، كە لە كۆمەڵگـەدا بە بۆڵەبۆڵكار ناسراون، هەمیشـە كێشـەكانیان

بـە تازەیـی دەهێڵنـەوە و، زووزوو برینەکانیـان دەکولێننـەوە و، هەمـان قـەوان لـێ دەدەنـەوە، ئەمـەش خێـزان بـەرەو نائارامی و شەڕەقسـەی تونـد پەلکێش دەکات.

٣- فشـار و بیـری گرانی کار و پیشـەی هاوسـەرەکان، ئاگـری توندوتیژیی خێـزان گـەرم دەکات. واتـە کاتێك هاوسـەرەکان دەگەڕێنەوە بۆ مـاڵ ڕەنگە بە هۆی کێشـەیەکی سـادەوە هەڵ بچن.

٤- هەنـدێ پرتەوبۆڵـە و، غیـرە کـردن و، شـەڕی بـوك و خەسـوو و، دەسـتێوەردانی خزمـان و دەوروبـەر لـە نێـوان هۆکارەکانـی توندوتیژیـی خێزانـدان، لـەم حاڵـەدا بەتایبەتی ئـەو کەسـانەی زوو تووڕە و زویـر دەبن و، زووش فریـو دەخـۆن، زیاتـر دەبنـە قوربانـی.

٥- ئـەو هاوسـەرانەی هێـز بەکاردەهێنـن، بـە گشـتی ئەوانـەن کـە لـە منداڵییانـدا لێدانیـان خـواردووە و، سـالآنێك لەسـەر ئـەوە گـەورە بـوون کـە کێشـە هەڵـواسراوەکان بە کوتەك وەشـاندن چـارە دەکرێن، بۆیە زۆر پێویسـتە چارەسـەری دەروونـی بکرێـن.

٦- توندوتیژی لەو کەسانەدا کە لە پیرۆزیی خێزان و، بەهای مرۆڤایەتی و، واتای خێر و شەڕ نەگەیشتوون زۆر چڕترە.

٧- کێشە داراییەکانیش هۆکارێکی دیکەی توندوتیژین.

کاریگەرییەکانی توندوتیژی لەسەر داهاتووی خێزان:

١- زەبروزەنگ هیچ گرفتێك چارە ناکات، بەڵکو قووڵتری دەکاتەوە.

ئەو پیاوەی لە خێزان و منداڵەکانی دەدات و ئاسوودەیی ماڵ تێك دەدات، ترسنۆکترین و داماوترین کەسە، چونکە ئەوەی لاوازە پەنا دەباتە بەر توندوتیژی نەك ئەوەی بەتوانایە.

لۆرد نۆرتکلیفت

٢- زۆر بنەمای وەك خۆشەویستی و ڕێز و سۆز و میهرەبانی و هاویەشی لە خیزاندا ناهێڵێت.

٣- ئەو خانمانەی لێدان دەخۆن، لەناخیاندا تووڕەییەك بەرامبەر بە هاوسەرەکەیان دروست دەبێت و، لەبەر لەکەداربوونی کەسایەتییان هەست بە دڵشکاویی و سووکایەتی دەکەن.

٤- لێدان باری دەروونیی دایك و منداڵ تێك دەدات و، لە داهاتوودا ئەنجامی خراپتری لێ دەکەوێتەوە.

٥- ئەو منداڵانەی لەم ژینگەیەدا پەروەردە دەبن، یان تاوانباریان لێ دەدەچێت، یان گۆشەگیر و دوور لە کۆمەڵگە.

٦- ئەو کچەی لە خێزانەکەیدا توندوتیژی دەبینێت، هەمیشە هەست بە کەساسی دەکات و، دەترسێت ڕۆژێك شوو بە پیاوێك بکات کە لێی بدات.

ئەو کوڕەش کە لە ماڵێکی پڕ توندوتیژیدا گەورە دەبێت، قەناعەتی ئەوەی بۆ دروست دەبێت کە لە ئافرەت دان کارێکی ئاساییە، کە ئەمەش لە داهاتوودا کێشەی گەورە دروست دەکات.

٧- ئەو منداڵانەی لە خێزانەکەیاندا توندوتیژی دەبینن، بە ساردوسڕی و دوورەپەرێزییەوە لە هاوسەرگیری دەڕوانن، لەبەرئەمە حەزدەکەن بە تەنها بژین.

٨- ئەو دایکانەی ڕوویەڕووی توندوتیژی دەبنەوە لەبەرئەوەی دووچاری کێشەی دەروونی بوونەتەوە، داخی دڵی خۆیان بە لێدانی منداڵەکانیان دەڕێژن.

٩- توندوتیژی لە هەر خێزانێکدا هەبێت، ئەو خێزانە لە کۆمەڵگە دادەبڕێت و، پەیوەندیی بە خزم و کەس و دۆستەکانەوە دەپچڕێنێت.

١٠- لەو خێزانانەدا کە توندوتیژییان تێدایە، بێ هیواییەك بەرامبەر بە داهاتوو سەر هەڵ دەدات.

١١- ترسناکترین ڕووی توندوتیژیش پەرتکردنی خێزانەکان و، بوونە هۆی خۆکوشتنیانە.

ئەگەر کچەکەت هاوسەرگیرییەکی باش
بکات، ئەوا کوڕێکت دەست دەکەوێت،
ئەگەر کوڕەکەشت هاوسەرگیرییەکی باش
بکات، ئەوا کچێکت دەست دەکەوێت.

مابڵ ڕۆز

چۆن لە خێزاندا پێش بە توندوتیژی دەگیردرێت؟

دەکرێت ئەنجامی ئەو هەوڵانەی لەم بارەیەوە خراونەتەگەڕ بەمجۆرە کورت بکەینەوە:

١- لانەی خێزان، بە دوو جیهانی جیاواز پێك دێت، هاوسەرەکان چەند لەگەڵ یەك گونجاو بن، بەڵام لە کۆتاییدا هەر دوو کەسی جیاوازن و دوو بیروتێگەیشتنی جیاوازیان دەبێت، بۆیە پێویستە ئەم جیاوازییە قبووڵ بکەن و دانی پێدا بنێن و، ڕێز لە بیروڕای یەکتر بگرن.

٢- پێویستە زەمینەی گونجاو بۆ گفتوگۆ ساز بدەن، گفتوگۆکردن لە کاتێکدا کە هەردوو هاوسەرەکە تووڕەن هیچ سوودێکی نابێت، بەڵکو دەبێت لە کاتێکدا بکرێت کە منداڵەکان لەماڵەوە نەبن و هاوسەرەکانیش تووڕە نەبن و بیروهۆشیان لای خۆیان بێت.

٣- پێویستە کاتێك ژن یا مێرد لەسەر ڕووداوێك تووڕە دەبێت ئەوی دیکە خۆی بگرێت و بەرپەرچی نەداتەوە، بەڵکو دوای ساردبوونەوەی قسەی لەگەڵ بکات و، وەڵامی پێویستی بداتەوە، چونکە کاتێك یەکێکیان تووڕەیە و ئەوی دیکەشیان وەڵامی ڕەقی دەداتەوە، کارەکە ئاڵۆزتر دەبێت.

٤- کێشەکە هەر چییەك بێت، پێویستە سەرەتا لێی بکۆڵنەوە و باش هەڵیبسەنگێنن، دواتر گفتوگۆی لەسەر بکەن، زۆر جار بڕیاردانی تاك لایەنە و گوێنەدانە بیروڕای بەرامبەر دەمەقاڵێ دەسازێنێت، کەوابوو دەبێت لەو بابەتانەدا بەرامبەریش قسەی خۆی هەبێت و، گوێشی لێ بگیردرێت، ئەو کاتە هەردووکیان زۆر باشتر لە هەڵە و کەموکورییەکان دەگەن و درکیان پێدەکەن.

٥- کاتێـك ماوەیـەك پەیوەندییەکانی نێو خێزان باش ناگوزەرێت شەڕەقسـە سـەر هـەڵ دەدات، واتـە هـەر شـەڕێك ڕابردوویەکـی هەیـە، کاتێـك ڕێـز و خۆشەویسـتی کـەم دەبێتـەوە بچووکتریـن ڕووداوێـك دەبێتە هـۆی ئاژاوە.

پێویسـتە هەنـگاو بنرێـت بـۆ دووبـارە گەڕاندنەوەی ئاسـوودەیی مـاڵ، بۆ نموونـە دەکرێت دیاری پێشکەشـی یەك بکـەن، بچنە گەشـتێك، یان زووزوو بەیەکەوە دانیشـن و قسـەی خـۆش لەگەڵ یـەك بکەن.

٦- پێویسـتە وا بیربکرێتـەوە کـە خێـزان مەیدانێکی پیرۆزە و هاوسـەرەکان هاوەڵـی هەتاهەتـای یەکـن و، منداڵـەکان بەخشـش و میهری خـودان و، بەم بیـرەوە دەسـت لە هەڵـەکان هـەڵ بگیردرێت.

٧- پێویسـتە هاوسـەرەکان هـەوڵ و کۆشـش و تەقەلای یەکـتری بە گرنگ بزانـن. کاتێـك پیـاو دەگەڕێتـەوە بۆ ماڵـەوە لە حـاڵ و ئەحواڵـی بپرسرێت و، قسـەی خۆشـی لەگـەڵ بکرێـت و، دڵـی ڕابگیردرێت و، فشـارەکانی لەسـەر کـەم بکرێنـەوە، پیاویـش بـە هەمـان شـێوە دەبێـت ستایشـبارانی چێشـتلێنان و دەسـترەنگینی و کارەکانـی خێزانەکـەی، لـە چاودێـری کردنـی مـاڵ و منداڵەکانـدا بـکات و، ڕێـزی لێ بگرێـت، ئیـدی ئـەو کات نەگونجاوییەکان کـەم دەبنـەوە و، هەمـوو هەڵسـوکەوتێکی نەرێنیـش نابێتە هۆی شـەڕوئاژاوە.

٨- پێویسـتە لـە کاتـی درێژەکێشـانی توندوتیژییەکانی خێزانـدا گەورەکانی بنەماڵـە بەشـێوازێکی گونجاو هەوڵی چارەسـەرکردنی کێشـەکە بـدەن، بەڵام لەم بارەشـدا بە ئاشـکرا تاوانبارکردنـی لایەنێك، ئاگری کێشـەکە کپ ناکات، بەڵکو زیاتر خۆشـی دەکات.

ڕاسـتییەکی حاشـا هەڵنەگرە کـە لێـدان و توندوتیژی لە خێزانـدا ئارامی لە هیـچ خێزانێکـدا نەچانـدووە و، کێشـەکانی چارە نەکـردووە، بگـرە دەرگایەکە بـۆ نەخۆشـییە دەروونییـەکان و، ڕەنگە خۆکوشـتنیش دوایین پشـکۆی بێت.

هەر نەگونجانێکی نێو خێزانەکان چارەسەرێکی هەیە، تەنها ئەوەندە بەسە کە هاوسەرەکان هەوڵ و کۆششی خۆیان لە پێناو دۆزینەوەیدا بخەنە گەڕ.

31

هەنگاوی سی و یەکەم

لانەکەتان خاپوور مەکەن!

«هاوسەرگیری: واتە کەم بوونەوەی مافەکان بۆ نیوە و، هەڵکشانی ئەرکەکان بۆ دوو بەرامبەر».

سکۆپێنهاوەر

مامۆستاکەمان، کە بە توێژینەوەکانی لە بواری خێزانیدا ناسرابوو، لە پڕ هاواری کرد بەسەر ئەو خوێندکارە بەجۆش و خرۆشانەی کە خێزانیان بە ئوتێلێك یان چێشتخانەیەك دەزانی و لایان وابوو کە ئەم لانەیە زوو تێك دەچێت و زووش بنیات دەنرێتەوە.

بۆ ماوەیەك چاوەکانی دڵی پڕ بوو و، لێوەکانی دەلەرزین و، خۆی بۆ ڕانەگیرا و لەسەر کورسییەکەی دانیشت.

دوای سڕینی چاوەکانی ڕووی لە ئێمە کرد، کە بەر پەرۆشەوە لێمان دەڕوانی و وتی:

«هەموو ئەو جوانیانەی لە کۆمەڵگەدان لە خێزانەوە دەردەچن و، خراپەکانیش هەروا...

خێزان، ئەو قوتابخانەیەیە کە بیروباوەڕ و ڕەوشت و هەستە نەتەوەیی و مەعنەوییەکانی لێوە سەرچاوە دەگرێت و، گەشە دەکات و پەرە دەسێنێت.

کاتێـك ئـەم قوتابخانەیـە لاوازبـوو و پەكـی كـەوت، ئـەو كات پێشـبینیی پچڕانـی دەمـارە مـاددی و مەعنەوییەكانـی كۆمەڵگـە و، بوونی بە لاشـەیەكی بـێ ڕۆح و، كارەسـاتی گەورەتریـش بكەن.

ئێسـتا تێدەگـەن بۆچـی ئەوانـەی دەیانەوێـت دەسـتەڵاتی ئـەم نیشـتیمانە جـوان و ئـەم خەڵكـە باشـانە بگرنـە دەسـت، خێـزان بـە هاوەڵێتییەكی سـادە دەزانن؟!

هاوڕێیـان، ئەگـەر خوداتـان خـۆش دەوێـت، ئەگـەر پێغەمبەرتـان (د.خ) خـۆش دەوێـت، ئەگـەر خـاك و نیشـتیمانتان خـۆش دەوێـت، لانەكەتـان مەڕوخێنـن، بەڵكـو بەهێـزی بكـەن، زیندووی بكەنـەوە، تەمەندرێـژی بكەن، بـا گەورەتریـن كاری ژیانتـان ڕزگاركردنـی خێزانەكەتـان بێـت، چونكـە خێزانەكەتـان گەورەتریـن پاڵپشـت و پەناگەیـە بۆتـان».

بە تێپەڕبوونی كات هەسـت دەكەم گرنگیی ئەم ڕاسـپاردانەی مامۆسـتاكەم زیاتـر و زیاتر ڕوون دەبێتەوە.

ئیـدی لـە ڕۆژگاری ئەمڕۆمانـدا، خێزانـەكان وەك ڕابـردوو پتـەو نین، لەو لانانـەدا كـە مـرۆڤ تەمەنێكیـان تێـدا بەسـەر دەبـات كارەسـاتی جیابوونەوە زۆر زۆر بـووە و، ئـەم مەیدانـە پیـرۆزەی مـاڵ وەك دامەزراوەیەكـی سـادە و سـاكار تەماشـای دەكرێت.

لەبـەر ئەمەیـە خێزانـەكان بەهـەر هۆیەكـەوە بێـت كێشـەیان تـێ دەكەوێـت و، تەنانـەت ڕەنگـە تاكەكانـی خێزانێـك تووشـی خەمۆكـی ببن و، بـەم هۆیـەوە ئاسـوودەیی لـە مـاڵ هەڵبگیردرێـت، بـەڵام چارەسـەری ئەمـەش پەرتەوازەكردنـی خێـزان نییـە، بەڵكـو ڕزگاركردنیەتـی.



دەبێـت داهاتـووی خێزانێـك چـۆن بێـت كـە بـە هەمـوو كێشـەیەك بلەرزێـت و، بـە ئاشـكرا مەترسـیی جیابوونـەوەی لـێ بكرێـت؟ واتـە پێویسـتە لەمبارەیـەوە چـی بـۆ هاوسـەرەكان بكرێـت؟

ئـەو هەنگاوانـەی دەکرێـت بگیردرێنە بەر لەپێنـاو تێکنەچوونی خێزانداء

١- سەرەتا سەرچاوەی کێشەکان دیاری بکەن:

بزانن سـەرچاوەکەی کێشـەیەکی دەروونییـە؟ یان کێشـەی داراییە؟ یاخود لێکتێنەگەیشـتنە؟ یـان هـەر بـە بێ هۆیـە؟ یـان دەسـتێوەردانی دەرەکییە؟ یان هۆکارێکـی دیکەیە؟

دەرووناسـێك بەختەوەریـی خێـزان بـە «لووتکـەی بونیادێـك کـە بـە زەحمـەت دەسـتی زۆر کەسـی دەگاتـێ» دەچوێنێـت و، دەشـڵێت «هەمـوو دەمەقاڵـێ و، بیـر جیاوازییـەك بەردێکـن لـەم پەیکـەرە دەردەهێندرێـن».

هـەروەك چـۆن لەیـەك جیابوونـەوەی کۆمەڵێـك کـە هاوبیـروڕا نیـن چاوەڕوانکـراوە، بەوجـۆرەش ئـەو هاوسـەرانەی لـە بابەتـە سـەرەکییەکاندا جیاوازیـی بیروڕایـان هەیـە ئەسـتەمە بتوانـن ماوەیەکـی زۆر پێکـەوە بژیـن، بـەڵام ئەمـەش ڕێگـر نییـە لـە هاتنەکایـەی تابلۆیەکی جـوان کە بـە گفتوگۆ و تێگەیشـتن نەخشـابێت.

دەرگایـەك هەیـە بـۆ چوونـە نـاو ژیانـی هـەر مرۆڤێکـەوە، کەواتـە تەنهـا ئەوەنـدە بەسـە کـە هاوسـەرەکان بزانـن ئـەو دەرگایـە بکەنـەوە، یـا ئـەو بابەتانـەی کێشـەیان لەسـەریان هەیـە بخەنـە بـەر نەشـتەری گفتوگـۆ و تاوتـوێ و دەردەکـەی چـارە بکـەن.

لـە ڕوویەکـی دیکەشـەوە ئەگـەر کێشـەکە لـە توانـای ئێـوە بـەدەر بـوو، پێویسـتە داوای هـاوکاری لـە کەسـانێك بکـەن کـە بتوانـن هاوکارتـان بـن. هەرگیزاوهەرگیزیـش نابێـت بڵێـن: «ئـەم ڕێگایانەشـمان گرتەبەر، بـەڵام هەر چـارە نەبـوو» و ئیـدی پـاڵ بدەنـەوە، بەڵکـو پێویسـتە کێشـەکان بـەر لـەوەی بگاتـە جیابوونـەوە لێیـان بکۆڵدرێتـەوە و وتوێژیـان لەبـارەوە بکرێـت و چارەسـەریان بـۆ بدۆزرێتـەوە.

٢- لەگـەڵ یەکـدا ڕاسـت و دروسـت و ڕاشـکاو بـن و، بڕیـاری بەپەلـە مـەدەن:

هیـچ خاڵێکـی جێی گومان لە بیـری بەرامبەرەکەتانـدا مەهێڵن و، خەفەتی فێـڵ و تەڵەکـەی دووبارەی لەسـەر هەڵبگرن، هەڵـەی دووبارە یان هاوشـێوە،

نائارامی پەلکێش دەکاتە ناو خێزان، ڕێگەگرتن لەم نائارامییەش بە دووبارەنەکردنەوەی هەڵەکان دەبێت.

٣- لەگەڵ یەکدا بەڕێز بن:

ئەگەر لە کاتی بەڕێ ڕۆیشتندا خۆت کێشا بە بێگانەیەکدا یان هەڵسوکەوتێکی نەشیاوت نواند خێرا دەڵێیت: «داوای لێبوردن دەکەم»، «بە مەبەستم نەبوو»، «ئاگام لێ نەبوو» و، دڵی کەسەکە ڕازی دەکەیت، کەواتە پێویستە سەد هێندە ڕێز بەرامبەر بە هاوسەر و خێزانەکەشت بنوێنیت.

٤- داوای لێبوردن و نەفس بەرزی تێکەڵ مەکەن:

ئەگەر لەبەرامبەر هەڵە بچووکەکانتاندا داوای لێبوردن بکەن و بەرامبەرەکەتان ئاشت بکەنەوە، ئەوا پێش بە ڕوودانی هەڵەی گەورە دەگرن، کەواتە داوای لێبوردن بە گەورەیی بزانن، خۆ ئەگەر لەبەرامبەر هەڵەکانتاندا داوای لێبوردن نەکەن، ئەوا تووشی هەڵەی گەورەتر دەبن. بیرتان نەچێت کە بەرامبەرەکەتان لانی کەم چاوەڕوانی پەشیمانیتانە لەو هەڵانەی کردووتانە بەرامبەری.

٥- لە بارەی خێزانەوە تەوەککولتان هەبێت و، بە قەدەری خۆتان ڕازی بن:

بیربکەنەوە و بڵێن: «ئەگەر لەگەڵ کەسێکی دیکەدا هاوسەرگیریم بکردایە ڕەنگە تووشی کێشەی دیکەش بووبوومایە»، یاخود بڵێن: «ئەگەر لەگەڵ یەکێکی تردا هاوسەرگیریم بکردایە، دڵنیا دەبووم لەوەی لەگەڵ ئەودا خۆشبەخت دەبم؟».

٦- ئەستەمە خۆشەویستی تەنها بە هەست ڕاگیر بێت:

لە هەموو خێزانێکدا کاتێك بەسەر هاوسەرەکاندا دێت کە هەست بە خۆشەویستی ناکەن، لەم کاتەدا دەشێت بڵێن: «وازبێنە تەواو، ئیدی ئەم پەیوەندییە کۆتایی پێهات»، بەڵام ئەگەر هەر لە یەکەم جارەوە دەست لە ماڵ و منداڵ هەڵ بگرن، ئەوا هەرگیز بە خۆشەویستییەکی جێگیر ناگەن.

٧- ئەگەر کێشەکانتان لەسەر بواری داراییتانە:

ئەوا جیابوونەوە ئەم کێشەیەتان چارەسەر ناکات. چارەسەری کێشە ماددییەکان، بەکارهێنانی داهاتە بە شێوەیەکی گونجاو و قەناعەتدارییە پێی، دیارە کە بە باشی و بە دڵسۆزیشەوە کارکردن بەشێکە لە چارەسەرەکە.

٨- یەکتری وەك ئەوەی کە هەن پەسەند بکەن:

چونکە خودا هەموو کەسێکی بە سروشتێکی جیاوازەوە بەدیهێناوە، کەواتە هەرگیز بەرامبەرەکەتان وەك خۆتان هەڵمەسەنگێنن، چارەسەر ئەوە نییە ئەو بەخۆتان بچوێنن، بەڵکو لە نێو خوو و هەڵسوکەوتی خۆیدا بیرازێننەوە.

٩- خۆتان لە دەمەقاڵێی توند بپارێزن:

چونکە لە دەمەقاڵێی توندا هیچ کەس سەرکەوتوو نابێت، ئەگەر «من من و تۆ تۆ» بکەوێتە کارەکەوە، ئەو کات کەس گوێ لە کەس ناگرێت، کەواتە دەبێت هەمیشە لە ڕوانگەی (ئێمە)وە لە ڕووداوەکان بڕوانن، بزانن کە دەشێت بیروڕای بەرامبەرەکەشتان ڕاست بێت.

١٠- کێشەکانی خێزان لە کۆڵ بنێن و، سەبر بگرن لەسەریان:

ئارامگرتن گەورەترین چەکی مرۆڤە، کە بەهۆیەوە هەموو کێشەیەك لەناو دەبات، ئارامبگرن و بیربکەنەوە کە هەر ڕۆژێك لەڕۆژان لە یەك تێ دەگەن و ڕۆژانێکی ئاسوودە بەیەکەوە بەسەر دەبەن.

١١- دەستتێوەردانە دەرەکییەکان لە ژیانی خێزانیتان بەدوور بگرن:

ئەگەر کێشەکانیماڵەوەتان بەهۆی کەسانی سەرگەورەی بنەماڵەکەتانەوە وروژێنران، ئەوا وردەکارییەکانی باسوخواسی ماڵەکەتانیان لێ بەدوور بگرن، بەڵام پەیوەندیی نێوانتان مەپچڕێنن و لەیەك زویر مەبن.

بە کورتی، خانە بۆ ئەوە پێك نایەت کە بڕوخێندرێت، بەڵکو بۆ ئەوەیە ژن و مێرد تێیدا تەمەنێکی دووورودرێژ پێکەوە بەسەر بەرن. بۆ ئەمەش پێویستە گوێ بۆ قسەکانی دەروونناس (واڵتەر پرایس) شل بکەین کە دەڵێت:

«ئەو ژن و مێردانەی لەسەر ڕێی جیابوونەوەن، ئەگەر ئەو هەوڵانەی لە پێناو جیابوونەوەدا دەیخەنە گەڕ، لە پێناو سەلامەت هێشتنەوە و، پاشگەزبوونەوە لەم ئارەزووەدا بیخەنە گەڕ؛ ئەو کات دەبینن کە هێشتا پەیوەندیی نێوانیان پارێزراوە و، دەکرێت زیندوو بکرێتەوە».

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"هیچ شتێك هێندەی گرنگی نەدان بە ئافرەت خەفەتباری ناکات، لەو بارەدا یەکسەر هەست بە سووکایەتی دەکات و لەناو خەمدا ڕۆدەچێت".

پرۆفیسۆر و دکتۆر ڕیکتەر

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێت: "لە ژنەکانتان مەدەن" ئەحمەد و ئەبو داوود و نەسائی ڕێوایەتیان کردووە.

"تەنها شتێك کە مرۆڤەکان دەڕووخێنێت، لێدان و ستەمە".

ئیپیکتێتۆس

"ڕووناکی ڕێنیشاندەری کەشتییە و، ئیسلامیش ڕێنیشاندەری ڕێبوارانی ژیانە".

ئیسماعیل حەکیم ئۆغڵو

"ئەگەر دەتانەوێت دوژمنایەتی بکەن، ئەوا فەرموون دوژمنایەتی لەگەڵ دوژمنایەتییەکانی دڵتاندا بکەن و، هەوڵ بدەن لە ڕەگ و ڕیشاڵەوە دەریبکەن".

بەدیعوززەمان

32

هەنگاوی سی و دووەم

شەڕی بوك و خەسوو و ڕێگاكانی چارەسەری

«چارەسەری شەڕی نێوان بوك و خەسوو ئەوەیە كە خەسوو ماڵەكە بۆ بوكەكەی لێگەڕێت و، خۆی تەنها سەرپەرشتیی بكات و، پێشنیاری بۆ بكات».

دكتۆر و یاریدەدەری پرۆفیسۆر موستەفا ئوچار

قوتابییەكەم بە چاوی پڕ ئەسرینەوە دەیوت:

«مامۆستا، واقم وڕماوە لەوەی چی بكەم! لەلایەكەوە دایكم كە هەموو تەمەنی كردووەتە قوربانی من و، لە لایەكی دیكەشەوە خێزانم كە ژیانی خۆی بە من بەخشیوە، من تیاماوم لە هەردوو لایان.

ناتوانم هەروا دایكم لە ماڵ وەدەرنێم، چونكە ئەوە ئەوپەڕی دڵڕەقی و بێڕێزییە و، نیگەرانم دەكات... ناشتوانم هەروا خێزانەكەم پشتگوێ بخەم. هەرچییەك دەكەم ئاشت نابنەوە، یەكێكیان بڵێت ماست سپییە، ئەوی دیكەیان ئەڵێت ڕەشە! دایكم ژنێكی تەنهایە، ناچارە لەگەڵمان بمێنێتەوە، بەڵام خێزانەكەم زۆر خۆشی لە دایكم نایەت، گەیشتوومەتە حاڵێكەوە كە ناچارم لە نێوانیاندا یەكێك هەڵبژێرم، سێیەم هەڵبژاردەم تەنها ئەوەیە من ماڵەكە چۆڵ بكەم.

مامۆستا، ڕێگایەكم نیشان بدەن، ژیانم لێ تاڵ بووە، چارەسەرێك بۆ ئەم كێشەیە شك ئەبەن؟».

ئەو کێشـەیە کێشـەی تـازە دروسـتبووی ئـەم سـەردەمە نییـە، ڕەنگـە هەر لەگـەڵ بوونـی مرۆڤایەتییـەوە سـەریهەڵدابێت، لـەم سەردەمەشـدا هەمـوو خێزانێـك کـەم تـا زۆر دووچـاری دەبنـەوە.

کێشـەی بـووك و خەسـوو هێنـدە بـاوە، کـە بووەتـە سـەربابەتی ڕۆمان و چیرۆك و هۆنراوە و شـانۆگەری و گاڵتەوگەپەکان، کەواتە ئەمە تەنها کێشـەی چەنـد کەسـێك نییـە، بەڵکو یەخـەی هەمـوو تاکێکی کۆمەڵـی گرتووە.

هەردەم بوك لەدەسـت خەسـوو و، خەسـوو لەدەسـت بـوك دەکڕوزێتەوە، هـەروەك ئـەوەی کـە خۆیـان هیـچ هەڵـە و کەموکورتـی و هەڵسـوکەوتێکی ڕەنجێنەریـان نەبێـت، بـەڵام هـەر کەسـێك بیەوێـت ناوبژییـان بـکات ئـەوا پێویسـتە گـوێ بۆ هەر دوو لایان شـل بـکات، کاتێکیش گوێیـان بۆ دەگرێت کارەکـە ئاڵۆزتـر دەبێـت، دەتوانیـن بڵێیـن هەردوولایان لەسـەر هەقـن و، زۆر جاریـش دەکرێـت بڵێیـن هەردوولایـان ناهەقیانە.

لـە کۆنـدا، بەگشـتی بوك و کـوڕ و نەوە و خەسـوو و خـەزوور هەموویان لـە ماڵێکـدا دەژیـان، کەواتـە ڕەنگە ئەم کێشـەیە هـەر هەبوبێت، بـەڵام دیارە بـە ڕادەی ئێسـتا نەبووە.

ئەگـەر تێنەگەیشـتنێکیش ڕووی بدایـە، هـەردوولا هێنـدە تێگەیشـتوو و بەڕێـز بـوون کـە نەهێڵـن بگاتـە دەرەوەی خێزانەکـە.

هـەم خەسـوو لـە ئامۆژگارییەکانیـدا وریـا دەبـوو و هۆشـیارانە قسـەی دەکـرد، هـەم بوکیـش گوێـی بـۆ ڕادەگـرت و لێیـەوە فێـر دەبـوو.

بـەڵام لەمـڕۆدا خێزانـەکان هێنـدە قەڕەباڵـغ نیـن، نـەك ئـەوەی بـوك و خەسـوو لـە یـەك ماڵـدا نـاژیـن، بەڵکـو هەیشـە لەشـارێکی جیـا لەیەکـدا دەژیـن، کەچـی نەگونجـاوی و دەمەقاڵێیـان هـەر مـاوە.

> **خەسووەکان بیریان نەچێت: ڕۆژگارێك ئەوانیش بووك بوون. بووکەکانیش بیریان بێت: کاتێك دێت ئەمانیش دەبنە خەسوو.**
>
> د. حەلیمە ئوستون

بـا لـە ڕوانگـەی شـەڕی بـوك و خەسـووەوە نارەزایەتییەکانـی بـوك و خەسـوو و پیـاوی مـاڵ یـەك یـەك بخەینـە ڕوو و چارەسەرەکەشـیان بـاس بکەیـن.

نارەزایەتییەکان و چارەسەرە پێشنیارکراوەکان

نارەزایەتییەکانی خەسوو،

لە شەڕی بووك و خەسوودا ئەو لایەنەی زۆرترین نارەزایی هەیە خەسووە. دەکرێت هەندێ لە نارەزایەتییەکانی بەمجۆرە باس بکەین:

١- ئەم بووکەمان کاتی دەستگیرانداریی وا نەبوو، بێگومان یەکێك قسەی بۆ دەکات و دەرسی دادەدات.

٢- باش چاودێریی کوڕەکەم ناکات و وریای نابێت، چێشت و نانی جوانی بۆ ناکات و، جلوبەرگی پاك ڕاناگرێت...

٣- زۆر دەگەڕێت، هەر کە وتیشت: «ئا بوکێ وەرە!» یەکسەر پەلوپۆی شکاوە و ناتوانێت.

٤- زۆر زیادە مەسرەف دەکات و، پارەوپولی کوڕەکەم بەهەدەر دەبات.

٥- کوڕەکەم وەك پێشوو نەماوە، پێشتر هیچ لێم جیا نەدەبووەوە، کەچی ئێستا لێم دوور دەکەوێتەوە، ئەمەش بێگومان کاری ئەو بوکە و دایکییەتی.

٦- زۆر ڕوو بە خزمانی ئێمە نادات، هەر خزمەتی خزم و کەسی خۆیان دەکات، خواش دەزانێت چۆن خزمەتی دایکی دەکات.

٧- ئەرزشێکی ئەوتۆ بۆ من دانانێت (حسابم بۆ ناکات)، نە گوێم لێ دەگرێت، نە بەقسەم دەکات، لە کاری ماڵ خاوێنکرنەوە و چێشت لێنانیشدا زۆر جرپن و دەست بەقلپە.

٨- باش منداڵەکانی بەخێو ناکات، لەبەر دەمی مندا بەسەریاندا هاوار دەکات، نازانێت شەرم و شت چییە!

پێویستە خەسوو چی بکات؟

١- پێویستە ئەو ڕۆژانەی بێتەوە یاد کە خۆشی بە بووکی چووەتە ماڵەخەزوورانی و، بیری بێت کە بوکێنی چەند سەختە و چەندە پێویستی بە لێکتێگەیشتن هەیە، کەواتە پێویست دەکات بزانێت ئێستە چەند بەرامبەر بوکەکەی خۆی بە ویژدان بێت.

٢- نابێت قسەوباسی بوکەکەی بکاتە بنێشتەخۆشەی سەر زمانی، بەڵکو

با لای کەسانی دیکە تەنها ستایشی بکات.

٣- با بوکەکەی ئازاد بکات و، زوو زوو خۆ لە کارەکانییەوە هەڵنەقورتێنێت، بەڵام دەکرێت لە هەندێك شتدا بە ئەزموونەکانی خۆی پێشنیاری بۆ بکات.

٤- با وا نەزانێت کە بوکەکەی بێگانەیەکە و بووەتە بەربەستی نێوان ئەو و کوڕەکەی و، باش بیری بێت کە کچەکەی خۆشی دەبێت بە بوکی خەڵکی.

٥- دەبێت تێبگات کە ئێستا کات و باو و دابونەریت گۆڕاوە و، پێداگریی لەسەر هەندێ دابونەریتی سەردەمی خۆی نەکات.

٦- پێویستە ستایشی کارەکانی بوکەکەی بکات و، دڵی بەدەست بێنێت و، شانازیی پێوە بکات.

٧- دەبێت ڕێگە بە بوکەکە بدات خزم و کەسی خۆی ببینێت و، زووزوو سەردانی دایك و باوکی بکات.

٨- بە واتایەکی تر: دەبێت ببێتە دایکی بوکەکەی، تا وەك خەسوویەك ڕێزی تەواوی لێ بگیردرێت.

نارەزایەتییەکانی بوك:

١- خەسووم وەك بێگانەیەك لەوماڵەدا لێم دەڕوانێت، هەر لەخۆوە منی بەدڵ نییە، هەرچییەك دەکەم بە هەڵەی دەبینێت.

٢- بۆ تەنها جارێکیش ستایشی کارێکی نەکردووم و دەستخۆشی لێ نەکردووم.

٣- زووزوو لای کوڕەکەی شکاتم لێ دەکات و، نێوانمان سارد دەکاتەوە.

٤- لای کەسانی تر دەبۆڵێنێت و، من ناشیرین دەکات لەبەرچاویان.

٥- وەك دوژمنێك لەگەڵ دایك و باوکم هەڵسوکەوت دەکات و، ناهێڵێت سەردانیان بکەم.

٦- هەر کەلوپەلێك یان جلوبەرگێك بکڕم پێم ڕەوا نابینێت، یا عەیبێکیان لێ دەدۆزێتەوە، یان دەڵێت گرانم کڕیون.

٧- لەسەر کوڕەکەی غیرەم لێ دەکات، وادەزانێت من دوژمنێکم و کوڕەکەیم لێ سەندووە.

٨- زۆر کەیفی بەوە دێت کوڕەکەی لێم تووڕە ببێت و ئازارم بدات.

٩- ناهێڵێت لەگەڵ هاوڕێکانم ساتێك ئاسوودە دابنیشم، هەر حەز بە هاتنیشیان بۆ لام ناکات.

دەبێت بوك چی بکات؟

١- پێویستە بزانێت کە کەسە بەتەمەنەکان کەم تەحەمول و، ڕاشکاو و ڕەخنەگرن.

٢- دەبێت تێبگات ڕۆژێك بۆ خۆشی دەبێتە خەسوو و، لەبیری بێت کە (هەرچییەك بچێنێت هەر ئەوە دەدووریتەوە).

٣- دەبێت بزانێت خەسووی، دایکی هاوسەرەکەیەتی و، ئەگەر ئەو ڕازی بکات واتە هاوسەرەکەی ڕازی کردووە.

٤- پێویستە بزانێت بەشێکی کێشەکانیان بە هۆی جیاوازیی تەمەنیانەوەیە و، لێبووردە بێت بەرامبەر ئەو شتانە.

٥- پێویستە هەموو قسەیەکی خەسوو لە دڵ نەگرێت و، وەڵامی نەداتەوە و بەڕوویدا هەڵنەشاخێتەوە، چونکە بەتەمەنەکان لە پڕێکدا تووڕە دەبن، بەڵام زوو بیریان دەچێتەوە.

٦- پێویستە قسەی خۆش لەگەڵ خەسووی بکات و، دیاریی پێشکەش بکات و، بە وتەی وەك: «گەر تۆ نەبوویتایە حاڵی من چۆن دەبوو؟» دڵی ڕازی بکات.

٧- پێویستە زوو زوو دەستی ماچ بکات و، پێی بڵێت: «تۆ لەگەڵ دایکمدا هیچ جیاوازییەکت نییە».

دەبێت پیاو چی بکات؟

ئەو پیاوانەی لە نێوان کێشمەکێشی بوك و خەسوودا گیریان خواردووە، پێویستە زۆر بە وریاییەوە هەڵسوکەوت بکەن و، شێوازێکی ژیرانە پیادە بکەن، دەکرێت ئەم ڕێگایانە بەم شێوەیە بن:

١- نابێت قسەی ژنەکەی لای دایکی بگێڕێتەوە و، قسەی دایکیشی لای ژنەکەی باس بکات.

٢- دەبێت هەمیشە ڕۆڵی هێورکەرەوەی بارودۆخەکە بگێڕێت.

٣- پێویستە بە دایکی بڵێت: «تۆ دایکی منیت، هیچ بوکێك ڕێزی تۆم لا کەم ناکاتەوە، بەڵام ئەو هێشتا کەم ئەزموونە، ئەگەر تۆ یارمەتی بدەیت باشتر دەبێت» و، بە خێزانەکەشی بڵێت: «چی دەبێت با ببێت، هیچ خۆشەویستیم بۆ تۆ کەم ناکات، بەڵام خۆت دەزانی کە دایکم چووەتە تەمەنەوە، لەبەر ئەوە پێویستە بە تێگەیشتنەوە لەگەڵی بجوڵێیتەوە»، تا هەڵسوکەوتەکانیان بەرامبەر بە یەکتری ژیرانەتر ببێت.

٤- پێویستە هەوڵ بدات بوك و خەسوو زووزوو لە دەوری یەك سفرە کۆبکاتەوە و، بەیەکەوە باسێکی خۆش بکەنەوە، تا کاتێکی خۆش و ئارام لەگەڵ یەك بەسەر بەرن.

٥- پێویستە ڕێزی دایك و باوکی ژنەکەی بگرێت و، چاوەڕوانی هەمان هەڵوێستیش بێت لە ژنەکەی.

٦- ئەگەر توانایان هەبوو، باشتر وایەماڵیان جیا بێت و، لەگەڵ ماڵی باوکیدا نەژین، بەڵام نابێت پەیوەندییان لەگەڵ کەسەکانیاندا بپچڕێنن و ڕێزی دایك و باوکیشیان هیچ کاڵ ببێتەوە.

٧- پێویستە زوو زوو ژنەکەی بباتە دەرەوە، تا لە فشاری ماڵەوە دوور بکەوێتەوە.

٨- دەبێت هەمیشە ئامۆژگاریی خێزانەکەی بکات بە ئارامگرتن.

چەند پێشنیارێك لە حاجی (مەحمود ئەڵلاوەردی)ەوە:

گوێم لە وانەیەکی زۆر سەرنجڕاکێشی دەروونناس حاجی (مەحمودی ئەڵلاوەردی) بوو دەربارەی کێشەکانی نێوان بوك و خەسوو، تیایدا دەیوت:

١- خەسوو دەیەوێت بوك و ماڵی کوڕەکەی هی خۆی بێت، هەمیشە چاوەڕێی ئەوەیە چی وت سێ و دووی تێدا نەکرێت، دەی بوکیش بەمە ڕازی نابێت، ئیدی ئەوکات قیامەت هەڵ دەستێت، جا لەبەر ئەوەی کوڕەکە ناتوانێت دەستبەرداری دایکی بێت، زۆر کات بوکەکە چەرمەسەرییەکان دەنۆشێت.

٢- بە پێی توانا ئەگەر کرا لە پێنج ساڵی سەرەتای ژیانی هاوبەشدا لە

شـارێکی دوور لە خزم و کەسـدا ژیان بەسـەر بەرن، باشـترین کارە.

بـەڵام هـەر ڕێـز و هاوکاریی خۆتـان بەرامبەر بـە دایك و باوك و خەسـوو و خەزوورتـان نیشـان بدەن، لـەم ماوەی پێنج سـاڵەدا لەبەر ئـەوەی بەتەواوی لەگـەڵ یەکـدان، هەردووکتـان لەگـەڵ یـەك ڕادێن، ئیـدی ئەگەر لـەوەودوا لە نزیـك یەکیشـەوە نەبن کێشـەی کەم دێتـە ڕێتان.

٣- ئەگـەر هـەر ناچـار بـوون لـە هەمان شـاری ماڵـە بـاوك و خەزووراندا بژیـن، ئـەوا هیـچ نەبێـت لەیـەك گەڕەکـدا مەبـن، ئەگـەر ئەمجـارەش هـەر چارتـان ناچاربـوو ئـەوا بـا لەیـەك کۆڵانـدا نەبن، بـا ئاگاتـان لـە هاتووچۆی یەکـتری نەبێـت، هەرگیزیـش بیـر لـە چوونـە سـەر مـاڵ مەکەنەوە.

٤- دەبێـت بوکەکانیـش کارزان بـن، بوکـی زیـرەك دەتوانێـت خەسـووی بکاتـە دایکـی خـۆی، دەڵێـن چـۆن؟ بـا بێـت بیروتێڕوانینەکانـی خەسـووی بخوێنێتـەوە و دڵـی ڕابگرێـت و، هەنـدێ کاریـش هـەر لەدەسـتی ئـەودا بهێڵێتـەوە، ئەوجـا تەماشـاکەن چـۆن دڵـی خەسـووەکەی بەدەسـت دێنێـت.

٥- با بەردەوام بە خەسووی بڵێت: «بە دەستی ئێوەیە.. ئێوە دەزانن.. هەرچی ئێوە بڵێن.. ئەگەر ئێوە نەبوونایە من چیم بکردایە؟» ئیدی هەموو شتێك چارە دەبێت، جارجارەش ئەگەر بچێت بۆ لای و پێی بڵێت: «دایە گیان، کوڕەکەتان هەر لێم توورە ئەبێت، ئەڵێت تۆ باش خزمەتی دایك و باوکم ناکەیت، ئەگەر هەر کەموکوڕییەکم هەیە پێم بڵێن، تا ئەویشتان بۆ بکەم»، ئیتر خەسووی دەبێتە ماستی مەییو و، هیچ قسەیەکی ناخۆش بە بوکەکەی ناڵێت.

٦- پێویسـتە بـوك دیـاری پێشکەشـی خەسـوو و خـەزووری بـکات و، زوو زوو بـە مێردەکـەی بڵێـت: «بۆچـی فڵانـە کاریـان بـۆ ناکەیت، پێویسـتە ئـارام و ئاسـوودە بژیـن»، ئـەوکات ئـەو بوکە دەبێتە تاجی سـەری خەسـوو و خـەزووری.

٧- خەسـووش پێویسـتە بوکەکـەی دڵخـۆش بـکات و پێـی بڵێـت: «وەکـو کچـی خۆمیـت» یـا لای خەڵکـی تاریفـی بـکات و بڵێـت: «لـە هەر پەنجەیەکـی هونەرێـك ئەبارێـت، هـەر ئەڵێیت پەنجا سـاڵ ئەزموونـی ژیانی هەیـە، تەنانـەت مـن بەم تەمەنەشـمەوە شـت لـە بوکەکەمـەوە فێردەبـم، هیچ نامرەنجێنێـت، وەك دایکـی خـۆی تەماشـام ئـەکات...» ئـەو کات بزانـن

بوکەکـەش چی لێ بەسـەر دێت، بزانن هیچ قسـەی خەسـووی دەشـکێنێت.

٨- کوڕەکـەش دەبێـت وریـا بێـت و، بچێـت سوپاسـی ژنەکـەی بـکات لەسـەر هاوکاریکردنـی دایـك و باوکـی و پێـی بڵێـت: «دایـك و باوکـم زۆر لێـت ڕازیـن» و بـە دایـك و باوکیشـی بڵێـت: «بوکەکەتـان ئێـوەی زۆر خۆشـدەوێت و، لێتـان ڕازییـە»، ئیـدی ئـەو نابێـت لایەنـی هیـچ کامێکیـان بگرێـت و ئـەوی دیکەیـان فەرامـۆش بـکات، بەڵکـو پێویسـتە هەمیشـە هاوسـەنگیی نێوانیـان بپارێزێـت.

٩- دەبێت پیاوەکە بۆ ئەوەی دڵی خێزانەکەی بەدەستبهێنێت و نیشانی بدات کە گرنگیی پێ دەدات، زووزوو بچێتە سەردانی خەسوو و خەزووری و، ڕێزی زۆریان لێ بگرێت، بەڵام نابێت بە دایکی بڵێت کەوا زوو زوو دەچێتە ئەوێ، چونکە ڕەنگە ئەمە ببێتە هۆی غیرە کردنی دایکی.

١٠- ئـەو خزمانـەی دەیانەوێـت هاوکاریی تازە بوك و زاوا بکەن، پێویسـتە زۆر وریـا بـن، چونکـە هەندێ کـەس هەیە بـە نییەتێکی پاکەوە قسـە دەکات، بـەڵام ژن و مێـرد لەیەك دەڕەنجێنێت، بۆیە وا باشـترە لە پێنج سـاڵی سـەرەتای هاوسـەرداریياندا خزم و کـەس زۆر خۆ لە کارەکانیانـەوە هەڵنەقورتێنن.

گرفتەکانی ژیانی بووك لە ماڵەخەزوورانیدا:

ژیان لە یەك ماڵدا، ناڕەزایەتییەکان زیاتر دەکات، سەرەکیترین کێشەکانیش ئەمانەن:

١- ئەگەر ماڵ قەرەباڵغ بوو، ئەوا لە هەموو لایەکەوە دەنگەدەنگ دێت و، بیروبۆچوونی زۆر کۆدەبنەوە و، دەستەڵاتیش ون دەبێت، فەرمانکەرەکان زۆر دەبن و، لێکتێنەگەیشتنیش زیاد دەکات.

٢- بوکەکـە نابێتـە خاوەنـی ماڵەکـە و، لەبەر ئـەوەی لە شـوێن و کەلوپەلە تایبەتییەکانیـدا لەگـەڵ کەسـانی دیکەدا هاوبەشـە ئاسـوودە نابێت.

٣- هاوسـەرە لاوەکان، ناتوانـن بـە ئاسـوودەیی ژیانـی تایبەتـی خۆیـان بەرنەسـەر، ئەمـەش دەمەبۆڵـێ و شـەڕ دەسـازێنێت.

٤- پێدەچێـت ژیانـە نوێیەکـەی تازەهاوسـەرە، کەسـانی دیکـەی خێزانەکە بێـزار بکات.

٥- بچووکی و بەرتەسکیی ماڵەکەش بۆخۆی گرفتێکە، ڕەنگە بەکارهێنانی یەك گەرماو و یەك تەوالێت نارەزایی لێ بکەوێتەوە.

٦- لەبەر ئەوەی تازە هاوسەرەکان بە بەردەوامی فەرمان لە گەورەکان وەردەگرن، هەست بە خێزانی تایبەتی خۆیان و سەربەستییان ناکەن و، ناتوانن بە ئاسوودەیی بێن و بچن.

٧- دەشێت خەرجی و مەسرەفیش کێشە بنێتەوە.

لایەنە باشەکانی لەگەڵ ماڵەخەزووراندا ژیان:

ئەم پێکەوەژیانە تەنها کێشە و دەردی سەری نییە، چەندین سەدەش لە وڵاتانی لای خۆماندا خەڵکی هەر بەم شێوەیە ژیاون و، کێشەشیان نەبووە و، تەنانەت جیابوونەوەش هێندە کەم بووە کە دەشێت بڵێین هەر نەبووە.

ئەگەر شێوازە دروستەکانی ئەم پێکەوەژیانە بزانن و پێی بگەن، ئەوا سوودەکانی یەکجار زۆرن، دەکرێت هەندێك لە شێوازەکان بەمجۆرە بخەینە ڕوو:

١- پێویستە ئەو ماڵەی کە تێیدا دەژین گەورە بێت.

٢- دەبێت بوك و خەسوو پشتیوانی یەك بن.

٣- پێویستە لە ژیانی کۆمەڵایەتیدا پاڵپشت و هاوکاری یەك بن.

٤- پێویستە لە بەڕێوەبردنی کارەکانی ماڵ و بەخێوکردنی منداڵدا گەورەکان هاوکار بن و ئامۆژگاری ئەوانی دیکەش بکەن.

٥- پێویستە بڕواتان بەوە هەبێت کە خزمەتکردنی بەتەمەنەکان پەرستشە و، بەڵاتان لەسەر لادەبات.

٦- پێویستە بزانن کە ماڵی ئاسوودەی بەتەمەنەکان، ماڵی ئێوە و لای ئێوەیە.

٧- بیریشتان نەچێت ڕۆژێك دێت ئێوەش پیر دەبن.

چارەسەرە پێشنیارکراوەکان بۆ چارەکردنی شەڕی بوك و خەسوو

گونجانی بوك و خەسوو پەیوەستە بە لێکتێگەیشتنیانەوە، بەڵام تێگەیشتوویی زیاتر لە خەسوو چاوەڕێ دەکرێت، چونکە ئەو ئەزموونێکی چەند ساڵەی

هەیە، بەڵام بوکەکەی تازە وا بە ژیان ئاشنا دەبێت. ڕەنگە خەسوو خۆشی لە کاتی خۆیدا هەمان هەڵەی بوکەکەی کردبێت، ئیدی بە لەبەرچاوگرتنی ئەم شتانە پێویستە هەڵە سادە و بچووکەکانی بوکەکەی نەکاتە کێشە.

گەنجەکان هەرچەندە زانست و زانیارییان پێبێت بەڵام لەبەر کەمئەزموونییان هەر پێنەگەیشتوون، لەبەر ئەمە پێویستە بۆ گونجانی بوك و خەسوو پێکەوە، بوك بیربکاتەوە و بڵێت: «خەسووشم هەروەك دایکم وایە، چۆن ئەو لێم تووڕە دەبوو و دڵی دەشکاندم و دواتریش دەمبەخشی، دەبێت بەهەمان شێوەش خەسووم ببەخشم».

خەسووش بەهەمان شێوە دەبێت بڵێت: «بوکەکەم وەك کچم وایە، چۆن خۆم دەگونجاند لەگەڵ هەڵەکانی کچەکەمدا، پێویستە بەوجۆرەش لەسەر هەڵەکانی بوکەکەم ڕابێم».

نابێت خەسوو لای کوڕەکەی شکات لە بوکەکەی بکات و، خۆی لە قسەوباسیانەوە وەر بدات، چونکە ئەوەی بۆ خەسوو گرنگە ئەوەیە بوکەکەی لەگەڵ کوڕەکەیدا بگونجێت، جا ئەگەر ئەوان بەوجۆرە ئاسوودە بن، پێویستە کەموکوڕییەکانی بوکەکەی لەبەر چاو نەگرێت.

لەبەرامبەر ئەمەشدا، نابێت بوکەکە سوودی خراپ لەم هەڵسوکەوتەی خەسووی ببینێت، بەڵکو دەبێت هەردەم ڕێزی بۆ دابنێت و، هەر نەبێت لەبەر خاتری هاوسەرەکەی لەگەڵ خەسوویدا خۆی بگونجێنێت، هەرچۆنێك بێت ڕۆژێك بۆخۆشی دەبێتە خەسوو و دەبێت بڵێت: «من ئێستا چۆن هەڵسوکەوت لەگەڵ خەسوومدا بکەم، سبەینێ بوکەکەشم لەگەڵ مندا هەروا دەبێت».

لە بنەڕەتدا زۆرینەی کێشەکانی نێوان بوك و خەسوو بەهۆی (ئیرەیی) یەوەیە، واتە دایك نایەوێت هیچ ئافرەتێکی دیکە لە خۆشەویستیی کوڕەکەیدا پشکدار بێت و، بوکەکەش بەهەمان شێوەیە بەرامبەر هاوسەرەکەی، ئەمەش لەکاتێکدا کە نە دایك دەتوانێت لە شوێنی هاوسەر بێت و بەشە خۆشەویستی ئەویش بەدەست بهێنێت، نە ژنەکەش دەتوانێت لە شوێنی دایك بێت و بەشە خۆشەویستی ئەویش چنگ بخات.

پێویستە بوك و خەسوو سوود و داواکانی خۆیان وەلا بنێن و بیرێك لەو

کوڕە بکەنەوە کە لە نێوانیاندایە، چونکە ئەو کەسەی زۆرترین ناڕەحەتی بەردەکەوێت لە شەڕی نێوان ئەم دووانە، پیاوەکەیە کە لەو نێوانەدایە.. بۆیە نابێت هەرگیز خەسوو بڵێت: «ماڵ ماڵی کوڕی خۆمە، چۆنم بووێت بەوجۆرە بەڕێوەی ئەبەم، بوکیش بەردەستە، ئەگەر منی بەدڵ نییە دەرگا لەسەر پشتە»، بوکەکەش نابێت بڵێت: «ئەمە ماڵی مێردی خۆمە، خەسووم با خۆی کۆبکاتەوە و لێرە بڕوات»!

مادەم هەردووکیان لەیەك ماڵدا دەژین، پێویستە ئەگەر کەمێکیش بێت لێبووردەییان هەبێت.

ئەرکی سەر شانی پیاوەکەش ئەوەیە لایەنگیری هیچ کامیان نەکات و، نابێت پشتگیری لایەنێکیان بکات و ئەوی دیکەیان ناڕەحەت بکات، دەبێت خۆی بە دوور بگرێت لەوەی ناڕەزایەتی لایەك کاری تێبکات و بەسەر لایەنەکەی دیکەدا بتەقێتەوە، بگرە هەر نابێت بوارێك بۆ شکات کردنیان بهێڵێتەوە و، ئەم هەڵسوکەوتەیان لێ قەدەغە بکات، چونکە دواتر ئەمە دەبێتە خوو، ئەگەر لایەنێك ببینێت کە شکایەتەکانی لەبەرچاو دەگیرێن و لایەنی بەرامبەری پێ ناڕەحەت دەبێت، ئەوا دەکرێت بیکاتە چەکی دەستی لە دژی ئەو، بەڵام ئەگەر هەردووکیان ببینن شکایەتەکانیان بەدەم ئاوەوە دەدرێن، جارێك دوو جار دووپاتی دەکەنەوە، بەڵام لە کۆتاییدا هەر دەستی لێهەڵدەگرن.

ئەگەر کێشەی نێوان بوك و خەسوو درێژخایەن بێت، ئەوا چارەسەری زۆر قورس دەبێت. ئەگەر خەسووەکە منداڵی دیکەی نەبوو و هاوسەرەکەشی کۆچی دوایی کردبوو، ئەوا زۆر پێویستە بە دوای ڕێگەکانی پێکەوە ژیاندا بگەڕێن، چونکە کاتێك ئەم ڕێگەی بۆڵەبۆڵ و کڕوزانەوەیە دەگرنەبەر، ئەوا ئەرکێکی زۆر دەکەوێتە سەر شانی پیاوەکە، کە دەبێت قسە لەگەڵ هەردووکیاندا بکات و، پێیان بڵێت کە هەڵسوکەوتە هەڵەکانیان ناڕەحەتی دەکەن، گرنگترین خاڵیش کە پێویستە ڕەچاوی بکات ئەوەیە نەهێڵێت بزانن کە کامیانی لە کامیان خۆشتردەوێت.

ئەگەر خەسوو منداڵی دیکەی هەبوو، ئەوا با لای ئەو بوکەی بمێنێتەوە کە لەگەڵی دەگونجێت، ئەگەر هیچ کام لە بوکەکانی نەیاندەویست

بەبەردەوامـی لەلایـان بمێنێتـەوە، ئـەوا بـا بە نـۆرە و بـە هاوبەشـی چاودێریی بکـەن، خـۆ ئەگـەر خەسـوو هاوسـەرەکەی لـە ژیانـدا بـوو، ئـەوا باشـترە منداڵـەکان ژیانـی سـەربەخۆیان بـۆ دابیـن بکـەن.

دیـارە ڕۆڵـی کۆمەڵگـەش لەم جـۆرە کێشـانەدا زۆرە، دەشـێت کەسـانێك هەبـن لـە دەرەوەی خێـزان بـوك و خەسـوو دژ بەیـەك هـان بـدەن و، ڕەنگـە هەبێـت حـەز بـە شـەڕ و ئـاژاوەی نێوانیـان بـکات! ئەوانـەی دەیانەوێـت تینـی ئـەو ئاگـرە خۆشـتر بکـەن، تـۆوی دووڕوویـی لـە نێوانیانـدا دەچێنـن، لـەم کاتـەدا پێویسـتە نـە بـوك و نـە خەسـوو و نـە پیاوەکـەش فریوی قسـەی دەوروبـەر بخـۆن. چونکە هەنـدێ جار دش و شـووبراکان، لایەنی خەسـوو دەگـرن و پیاوەکـەش پەلکێـش دەکەنـە لای خۆیـان و هێـرش دەکەنـە سـەر بوکەکـە، بوکەکـەش کـە بەتەنهـا دەمێنێتـەوە ناچـارە بەرەنگاریان بێتـەوە، جا ئەگـەر ببینێـت هاوسەرەکەشـی لەگـەڵ ئەوانـە ئـەوا بەتەواوەتـی دژایەتیـان دەکات، لەبەرئـەوە خـزم و کـەس و، بەتایبەتیـش ئەم کەسـە نزیکانە پێویسـتە بـە شـێوەیەکی ئەرێنی هەڵسـوکەوت بکـەن، چونکە یەکگرتنی ئـەوان لە دژی بوکەکـە، بێـزاری دەکات و نێوانـی لەگـەڵ هاوسـەرەکەیدا دەشـێوێنێت و، بە ئایینـی خواییـش ئەمە سـتەمە.

لە هەمان کاتدا تێکدانی نێوانی ژن و مێرد و نەهێشتنی خۆشەویستیی نێوانیان تاوانە، چونکە دەشێت ئەمە بە تێپەڕبوونی کات بەرەو جیابوونەوەیان بەرێت.

یەکێـك لـە هۆکارەکانـی جیابوونـەوە لـەم ڕۆژگارەمانـدا شـەڕی بـوك و خەسـووە، یـان بەهـۆی ئەوەوەیە کە خزمـان بوکەکەیـان بەدڵ نییـە، ئەمجۆرە ڕەفتارانـەش لـە هیـچ مرۆڤێك ناوەشـێتەوە.

کاریگەرتریـن هـۆکاری شـەڕی بـوك و خەسـووش ئەوەیە هیـچ لایەکیان ڕەچـاوی مـاف و هەقـی یەکـتری نەکـەن، ئـەو کەسـانەی بڕوایـان وایـە کـە لەسـەر هـەر کردەوەیەکیـان لـە بـارەگای پـەروەردگاردا لێپرسـینەوەیان لەگەڵ دەکرێـت، ئـەوا بوێـری ناکـەن کـەس بڕەنجێنـن و مافـی کـەس بخـۆن، هیچ هێزێکیـش جگـە لەمـە بوونـی نییـە کـە بتوانێـت مرۆڤـەکان لـە سـنوورێکدا بوەسـتێنێت.

33

هەنگاوی سی و سێیەم

بۆ سەرکەوتن بەسەر کێشە دارایییەکاندا پلانی ستراتیجی دابڕێژن

«گرنگ نییە ببیت بە ئابووریناسێکی باش و پارەیەکی زۆر پەیدا بکەیت، گرنگ ئەوەیە بزانیت چۆنی خەرج دەکەیت».

پرۆفیسۆر و دکتۆر نەوزاد یالگنتاش

هاوەڵێکی زۆر لە مێژم، زۆر پێداگیری دەکرد تا بۆ نانی ئێوارە میوانیان بم. لە ڤێلاکەیدا، کە بەسەر بەرزاییەکەوە بوو و بەسەر ئەستەنبوڵدا دەیڕوانی و ڕووەو ڕۆژئاوا بوو، لە کەیف و سەفایەکی خۆشدا دەژیان.



زۆر پێم خۆشبوو ئەم دۆستەم کە هاوەڵی منداڵیم بوو، بەم ئاستە گەیشتووە، بەڵام شتێك منی زۆر دەترساند: زۆر باش قازانجی دەکرد و، ڕێگەکانی قازانجکردنی باش دەزانی، بەڵام سوپاسگوزار نەبوو، بە هیچ پارەیەك تێری نەدەخوارد و، نەیدەزانی چۆن پارەکانی خەرج بکات، دەکرا هەر کاتێك دەرگای ئەم ڕزقەی لەسەر

دابخرێت، بەڵام ئەو وا هەڵسوکەوتی دەکرد، کە هەر ڕۆژێك لەوی پێشووی باشتر دەبێت، ئیدی کارەساتیش هەر لەوێدا بوو.

تا ئەو کاتەی منیان بەڕێکرد، پرۆژەکانی خۆی یەك یەك بۆ خستەمەڕوو، کە خەرجییەکی زۆریان دەویست، بەڵام لە چاو قازانجەکەیاندا خەرجییەکان شتێکی ئەوتۆ نەبوون.

سوپاسم کردن و بە جێم هێشتن. پاش تێپەڕبوونی ماوەیەك هەواڵێکی زۆر ناخۆشم لەم هاوەڵەمەوە پێگەیشت.

کارەکانی بەرەو خراپ بوون چووبوون و، لە ماوەی دوو ساڵدا هاتبووە سەر ساجی عەلی، لە (ئوسکودار) ماڵێکی بچووکی بەکرێ گرتبوو و، بەقاڵی دەکرد، دووکانەکەشی هەر کرێ بوو.

دوایین جاریش کە بینیم، وتی خێزانەکەی دەستی دوو منداڵەکەی گرتووە و ڕۆیشتووەتەوە ماڵی باوکی، بۆخۆشی لە تەنهاییەکی بێ چارەدا و، لە ڕەوڕەوەی بێبەزەیی ئەستەنبوڵدا مات و سەرسام دەژیا.

وەك ئەوەی بیەوێت ئامۆژگاریم بکات، بە حەسرەتەوە وتی:

«زۆرم قازانج کرد، بەڵام نرخیم نەزانی، چونکە زۆر دەستبڵاو بووم، ئێستاش ژیانی بێبەزەیی شەنوکەوم پێ دەکات!».

بەڵێ ژیانی سەخت بە ڕاست و چەپدا دەیبرد، بەڵام زۆر بەرگەی ئەم شەن و کەوەی نەگرت و، لە تەمەنێکی کەمدا وەفاتی کرد و، ڕۆیشت!

گرنگیی پارە لە ژیانی خێزاندا شتێکی سروشتییە، بەڵام ئەو لایەنەی کە نابێت پشتگوێ بخرێت ئەوەیە: پارە تەنها وەك ئامرازێك بۆ بەختەوەریی خێزان بەکاربهێندرێت.

لەمڕۆدا پارە پەیداکردن و قازانج کردن سەرکەوتنێکی گرنگە، بەڵام لەوە گرنگتر ئەوەیە بە شێوەیەکی گونجاو و لە شوێنی خۆیدا خەرج بکرێتەوە.

بە واتایەکی دیکە پەیداکردنی پارە کێشەیەکی ئەوتۆ نییە، بەڵام خەرجنەکردنی بە پێی پێویست و بەدروستی کێشەیە.

حەزی کەشخەیی کردن و خووی پارە بەفیڕۆدان زۆر زوو لە خێزاندا سەری پارە دەخوات و، دەرگا بە ڕووی کێشەکاندا دەکاتەوە.

دەبێت هەموو خێزانێك پلانی خۆیان هەبێت بۆ پارە خەرجکردن و، هەندێك بڕیار دابڕێژن و هەموو ئەندامانی خێزانەکەش پەیڕەوی ئەو بڕیارانە بکەن.

خێزانەکان چۆن پارە خەرج بکەن لە ژیانی ڕۆژانەیاندا؟ بە واتایەکی دیکە ڕێگاکانی بەدروستی پارە خەرجکردن کامانەن؟

١- پێویستە خێزانەکان خۆیان لەگەڵ بڕی مووچەی مانگانە بگونجێنن و، هاوسەنگیی داهات و خەرجی لەبەرچاو بگرن و، نابێت شتی زۆر بە قەرز بکڕن.

٢- ئەگەر خانوویان نەبوو، با خانوویەك بکڕن، ئەگەریش نەیانتوانی با خانوویەك بە ئەندازەی مووچەی خۆیان بەکرێ بگرن، نەڵێن: «ئەم خانووە زۆر سادەیە و، خەڵك چیمان پێ دەڵێن!» و خانوویەك بە کرێیەکی زۆر بگرن، چونکە ئەوە گرنگ نییە خەڵکی چی دەڵێت، ئەوە گرنگە تواناى ئێوە چی دەڵێت.

٣- پێویستە لە ئیسراف بە دوور بن و، خەرجییەکانتان بە بەرنامە بن، چونکە دەست پێوەگرتن چەمکێکی ژیانە و گەورەترین قازانجیشە. ئەو کەسانەی ئەمەیان کردووە بە خوو، بەسەر گەورەترین خەزێنەدا کەوتوون.

باشترین شێوازی کڕین ئەوەیە بە پارەیەکی کەم زۆرترین پێداویستی دابین بکەن، نەك بۆ کەمێك شت پارەیەکی زۆر بەهەدەر بدەن، دەبێت هەموو تاکێکی خێزان ئەم تێگەیشتنەی هەبێت.



٤- هەندێك کەس چەند بەهرەیەکیان هەیە و، دەتوانن چەندین کار بکەن. ئەوانەی کە کێشەی داراییان هەیە پێویستە ئەم ڕێگەیەش تاقی بکەنەوە، چونکە هەندێ جار داهاتێکی کەم پێویستییەکی زۆرت لەکۆڵ دەکاتەوە.

٥- ئەو کەسەی گرفتی دارایی هەیە، پێویستە لەگەڵ دەوروبەرەکەیدا ڕاوێژ بکات و، بیروڕای کەسانی شارەزا

وەربگرێت، بەمجۆرە زۆر ڕێگا دەدۆزێتەوە کە بە بیری خۆیدا نەهاتوون.

٦- هەموو شارێك بە پێی داهاتی خەڵکەکەی بازاڕی هەیە، نابێت بڵێن: «فەرقی چیە لە کوێ شت بکڕم؟»، تەنانەت لەبەر جیاوازییەکی کەمیش پێویستە بچنە شوێنە هەرزانەکان بۆ شت کڕین و، شوێنی گونجاو بۆ کڕین و فرۆشتن بدۆزنەوە.

٧- پێویستە خۆتان لە کڕینی جلوبەرگی کەشخە و زۆر و بۆر بە دوور بگرن، بەتایبەتی ئەگەر پێویستتان نەبوو، ئەوەندە بکڕن کە پێویستتانە و بەشتان دەکات، چونکە کڕینی جلێکی نوێ بۆ هەر هەفتەیەك واتە بەفیڕۆدانی پارەیەکی باش لە مووچە.

٨- ئەگەر بە وریاییەوە چاودێریی بەکارهێنانی ئاو و کارەبا و تەلەفۆن و ئەم پێداویستییانە بکرێت، ئەوا مەسرەفی ئەوانیش تا ڕاددەیەکی باش دادەبەزێت.

٩- خەرجیی گەشت و گەڕان و دەعوەتی زۆر و، سەیرانی گران و، پیاسە بە دەریا و شاخدا بەشێکی زۆری داهات بە بادا دەدات، ئەگەر ئەم خەرجییانە بە شێوەیەکی وریایانەتر ئەنجام بدرێن دەکرێت ئەم پێویستیانە بە تێچوونێکی زۆر کەمترەوە بەڕێ بکرێن.

زۆر کەسم ناسیوە کە کێشەی دارایی زۆری هەبووە و، کێشەکانی تەنگیان پێ هەڵچنیوە، لە نێوان ئەمانیشدا خێزانم دیوە کە هەموو تاکەکانی پاڵپشتیی یەکتریان کردووە و، بە فیداکارییەکی زۆرەوە بەسەر ئەو کێشەیەدا زاڵ بوون.

ئەم کەسانە بە دەستپێوەگرتن بەرەکەتیان پێ بەخشرا و، بە ئارامگرتن سامانیان دەست کەوت و، لەبەرئەوەی بە کەم قەناعەتیان کرد لە کۆتاییدا بە زۆریش گەیشتن. لە پارە و کەشخەییدا بە شوێن بەختەوەرییەوە نەبوون، ئەگەر بە شوێنییەوە بوونایە لەگەڵ لەدەستدانیدا هەموو بەختەوەرییەکیان لەناو دەچوو.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"پێویستە بەخێوکاری خێزان سەر لە کاروباری ئابوریی ماڵەکەی دەربکات و، خەرجییەکانی بە وریاییەکی زۆرەوە ڕێك بخات، ئەگەر نا تێکچوونی باری ئابووریی خێزان کۆتاییەکی ترسناکی هەیە".

پرۆفیسۆر و دکتۆر موستەفا ئەرکاڵ

"هەر کەسێك دەست بە پارەوە بگرێت بەرەکەتی بەسەردا دەڕژێت و، کێشەی گوزەرانی نابێت".

بەدیعوززەمان

"نە دەستبڵاوی و ئیسراف کردن باشە، نە دەست نووقاوی و ڕەزیلیش.. باشترین شت ئەوەیە پارە بە پێی پێویست خەرج بکرێت".

پرۆفیسۆر و دکتۆر سولەیمان ئایدن

"هیچ پارەیەك بەشی ژیانی کەشخەیی ناکات، ئەم خووە هەم خێزان و هەم کەسەکەش شەرمەزار دەکات".

محمد زاهید کۆتکو



34

هەنگاوی سی و چوارەم

زیاد لەیەك جار ژن هێنان لە چ کاتێکدا پەسەندە؟

«قورئانی پیرۆز ژنهێنانی -کە هەندێك جار تا چل ژن دەگەیشت- بۆ چوار دانە کەم کردەوە، نەوەك لە یەك دانەوە کردبێتی بە چوار. هێنانی چوار ژنیشی بە کۆمەڵێك مەرجی قورسەوە بەستووەتەوە و، وەك ئامۆژگارییەکیش ئاماژەی بۆ هێنانی یەك هاوسەر کردووە».

پرۆفیسۆر و دکتۆر ئەحمەد ئاکگوندوز

کاك ڕەفیق کە جارجار لەگەڵ خێزانەکەیدا کێشەی دەبوو، دەیویست ئەم کێشەیە بە هێنانی خێزانێکی دیکە چارەسەر بکات، هەرچەندە خەڵکی گرفتەکانی ئەم کارەیان بۆ باس دەکرد، بەڵام ئەو هەر قسەی خۆی بردەسەر.

ساڵەکانی سەرەتا کارەکان وا دەردەکەوتن کە بە ڕێکی دەڕۆن بەڕێوە، لانی کەم خۆی هەوڵی دەدا کەوا دەربکەوێت.

کاتێك منداڵی لە ژنی دووەمی بوو، ژنی یەکەمی ماڵەکەی بۆ جێهێشت و، منداڵەکانی ئەم ژنی یەکەمەشی چوونە شارێکی دیکە، ئیدی کارەکان بەجۆرێك تێکچوون، کە کاك ڕەفیق بە تەواوی تووشی خەمۆکی بوو، لەم حاڵەشدا ژنی دووەمیشی جێی هێشت، لە کۆتاییدا کاك ڕەفیق بەتەنها مایەوە.

لە ئێستادا کاك ڕەفیق لە نەخۆشخانەیەکی دەروونی چارەسەر وەردەگرێت، بەداخەوە ئەمە هەموو میراتی دوو ژنەکەی بوو بۆ ئەو!

بابەتـی هێنانی چوار ژن هەمیشـە بووەتە جێی باسـی خەڵـك، بەڵام ئەگەر بـاش بابەتەکـە شـی بکەینـەوە، دەبینین کـە قورئانی پیـرۆز فەرمان بـە هێنانی چـوار ژن نـاکات، تەنهـا ئەوەیـە کـە بـۆ کاتـی پێویسـت و تایبەت تـا هێنانی چـوار ژن مۆڵەتـی داوە، بـەڵام وەك ئامـاژەم پێـدا ئەمـە مۆڵەتە، نـەك فەرمان، ئەمـەش هۆکارێکـی مێژوویی لە پشـتەوەیە، هەر کەسـێکیش کەمێك ویژدانی هەبێـت و لـەم ڕاسـتییە مێژوویانـە وردبێتـەوە ئـەو کات هـەق و ڕاسـتیی بـۆ دەردەکەوێت.

کاتـی بڵاوبوونـەوەی ئایینـی پیـرۆزی ئیسـلام لـە نیمچـە دوورگـەی عەرەبـی، هەنـدێ لـە حوکمـەکان بـە کاریگەریـی نەریتەکانـی سـەردەمی نەفامـی ڕێکخرابـوون، بـەڵام ئیسـلام هەندێـك لـەم نەریتانـەی بـە تەواوەتی نەهێشـت و، هەندێکـی دیکەشـیانی بەجۆرێـك لێکـرد کـە لەگەڵ سروشـتی مرۆڤـی ئاسـاییدا بگونجێت، یەکێك لەمانـەش نەریتی ژنهێنانی بێ شـوماری سـەردەمی نەفامـی بوو، کە پێش هاتنی ئیسـلام لە نیمچە دوورگـەی عەرەبیدا پیـاوان بـێ هیـچ سـنوورێك چەنـدی ئارەزوویـان بکردایـە ژنیـان دەهێنا!

ئیـدی قورئانـی پیـرۆز سـنوورێکی بۆ ئـەم نەریتەیـان دانـا و، فەرمانی دا: ئەوپـەڕی دەتوانـن چـوار ژن بهێنن.

پەروەردگاریـش دەفەرموێـت: «ئەگـەر ترسـان لـەوەی کـە لـە نێـوان ئەم ژنانەتانـدا عەدالـەت نەکـەن ئـەوا هـەر یـەك ژن بێنن» النسـاو: ٣.

بەمجـۆرە، هێنانـی چـوار ژن بابەتێـك نییە کـە قورئانی پیـرۆز دایهێنابێت، بەڵکـو هاوسـەرگیریی بێ سـنووری سـنووردار کردووە.

هەرچەنـدە قورئانـی پیرۆز ڕێگەی بـە هێنانی چـوار ژن داوە، بەڵام هێنانی یـەك خێزانیشـی بە بنەڕەت دانـاوە و، ئـەم مۆڵەتەی بۆ پێویسـتیی کۆمەڵایەتی و ئەخلاقـی دیـاری کـردووە. لـەم حاڵەشـدا دادپـەروەر بوونی مێرد لـە نێوان هاوسـەرەکانیدا کردووەتـە مـەرج، دواتریـش بـاس لـەوە دەکات کـە مێـرد چەندیـش هـەوڵ بدات هـەر ناتوانێـت بە یەکسـانی هەموویانی خۆشـبوێت. هـەروەك دەفەرموێـت: «ئێوە هەرگیـز ناتوانن بەتـەواوی عەدالـەت لە بەینی

ژنەکانتانـدا بکـەن بـێ کـەم و زیـاد لـە دڵ و دەرەوە یەکسـان بـن لەگەڵیان، با زۆریـش ئـەم عەدالەتەتان مەبەسـت بـێ و بتانەوێ بیکـەن..﴾ النسـاء:١٢٩.

پـەروەردگار کاتێك لـە ئایەتێکی پیرۆزدا فەرمان بـە دادپەروەری دەکات و، لـە ئایەتێکـی دیکەدا ئامـاژە بـەوە دەکات کە ناتوانـن دادپەروەریی ڕاسـتەقینە لـە نێـوان ژنەکانتانـدا بەرپـا بکـەن، ئـەوە ڕوون دەکاتـەوە کە مۆڵەتـی هێنانی دووەم ژن بـێ بوونـی پێویسـتییەك ئەسـتەمە بدرێـت بـە هەمـوو کـەس، واتە ئـەم هاوسـەرگیرییە تەنهـا لەبـاری پێویسـتیی زۆری پیـاودا ڕێگەی پێـدراوە و دیارە کـە سـنووردداریش کراوە.

لـە مێـژوودا بەهـۆی بەرپابوونـی شـەڕە بێبەزەییەکانـی نێـوان میللەتـان ژمـارەی پیـاوان کەمبووەتـەوە و، ژمـارەی ئافرەتانیـش بووە بە چەنـد هێندەی پیـاوان، بۆیـە لەم بارەدا ئاسـاییە گـەر چاودێریکردنـی چەنـد ئافرەتێك ئەرکی هـەر پیاوێـك بێت.

لـە یەکەمیـن جەنگی جیهانیـدا ئەم بارە لـە تورکیا و، لـە دووەمین جەنگی جیهانیشـدا لە ئەڵمانیا ڕوویدا.

لـە ئەڵمانیـا لـە پـاش دووەمیـن جەنگـی جیهانییـەوە ژمـارەی ئافرەتـان سـێ هێنـدەی پیـاوان بـوو، لـەو کاتـەدا میللەتـی ئەڵمانیـا ڕووبـەڕووی ناهاوسـەنگییەکی کۆمەڵایەتیـی ترسـناك بـووەوە، چونکـە لـە هـەر سـێ ئافرەتێـك دووانیـان بـێ کـەس و بـێ چـارە دەمانەوە، لەبـەر ئەمـە حکومەتی ئەڵمانیـا بڕیـاری دا کـە هـەر پیاوێـك بـۆی هەیە لەگـەڵ زیاتـر لـە ئافرەتێکدا هاوسـەرگیریی بـکات، پرۆفیسـۆرێکی ئەڵمانـی پێ لەسـەر ئـەوە دادەگرێت کـە بۆ ڕزگارکردنـی خانمانی ئەڵمانی هیـچ چارەیەکیان جگە لـە قبووڵکردنی ئـەم مۆڵەتـەی ئیسـلام بـۆ نەمابـووەوە.

ئەگـەر لـە کۆمەڵگەیەکـدا ژمـارەی ئافرەتـان بووە سـێ هێندەی پیـاوان -هـەروەك لە ئەڵمانیادا ڕوویدا- ئـەو کات ڕێگەکانی بەردەم ئەم کێشـەیە لەم سیانە تێپـەڕ ناکات:

١- هـەر پیاوێـك تەنهـا لەگـەڵ یـەك ئافرەتـدا هاوسـەرگیری دەکات، بەمـەش لە سـێ ئافـرەت دووانیـان لە ژیانـی خێـزان و، خۆشەویسـتی منداڵ و، سـۆزی دایکایەتـی بـێ بـەش دەبـن.

٢- هـەر پیاوێـك لەگەڵ یـەك ئافرەتدا هاوسـەرگیری دەكات و، پەیوەندیی ناشـەرعی لەگـەڵ ئافرەتەكانی دیكە دەبەسـتێت، لـەم حاڵەتەشـدا ئافرەتەكان لـە ژیانـی خێزانـی و، خۆشەویسـتی منـداڵ و، سـۆزی دایكایەتـی بـێ بەش دەبن.

٣- هـەر پیاوێـك لەگـەڵ چەنـد ئافرەتێكـدا هاوسـەرگیری دەكات و، لـە بازنەیەكـی شـەرعیدا و بـە پەیڕەوكردنـی بنەماكانـی دادپـەروەری، شـەرەف و كەسـایەتییان دەپارێزێـت و، لە ئازاری ویژدان ڕزگاریـان دەكات، كۆمەڵگەش لـە تێكەڵبـوون و شـێوانی ڕەچەڵـەك و ڕەگـەز دەپارێزرێت.

هـەر مرۆڤێـك خاوەنـی ژیـری بێـت خاڵـی سـێیەمیان هـەڵ دەبژێرێـت، چونكـە سروشـتی مـرۆڤ پێویسـتی بەمەیـە.



بە پێی لێكۆڵینەوەیەك كە پرۆفیسۆر دكتۆر (ئومێد مەریچ) كردوویەتی، لە سەدەی شازدەیەمدا ڕێژەی ئەو پیاوانەی دوو ژنیان هەبووە (٢،٢٪) بووە و، ئەوانەشی كە سێ ژنیان هەبووە زۆر كەم بوون، بگرە دەتوانین بڵێین هەر نەشبوون.

لەمـڕۆدا بەهـۆی گۆڕانـی بارودۆخـەوە هێنانـی زیاتـر لـە ژنێك ئەسـتەم بووە، ئەوانەشـی زیاتـر لە ژنێكیـان هەیە تابڵێـی ڕۆژانێكـی سـەخت و ناخـۆش بەسـەر دەبـەن.

دەكرێت كێشەكانی ئەو كەسانەی كە لەگەڵ زیاتر لە ئافرەتێكدا هاوسەرگیری دەكەن لەم خاڵانەدا كۆبكەینەوە:

١- بەهـۆی ئـەوەی لای ئێمـە بـە پێی یاسـا فرەژنـی قەدەغەیە، ئـەوا ژنی دووەم لـە زۆر شـت بـێ بـەش دەبێـت: ناتوانێـت بەشـە میـرات بەرێـت و، لـە تۆماركردنـی نـاوی منداڵەكانیـدا لەسـەر مێردەكـەی كێشـەی بۆ دروسـت دەبێت.

٢- پیاوەكـە بـە ئاسـانی دەتوانێـت لـە خێزانـی دووەمـی جیابێتـەوە، یـان

خێزانی دووەمی بە بێ جیابوونەوە دەتوانێت هاوسەرگیرییەکی دیکە بکات، یان کاتێك بە کردەیی جیادەبنەوە دەشێت پیاوەکە پێی بڵێت: «من تۆ تەڵاق نادەم» و ڕێگری بکات لە دووبارە هاوسەرگیری کردنی.

خێزانی دووەمی ناسیاوێکم لەگەڵ پیاوێکی دیکەدا ڕۆیشتبوو، کەچی ئەو ناسیاوە داماوەم هیچی لەدەست نەدەهات، چونکە بە پێی یاسا بە هاوسەری دانەدەنرا.

٣- ئەو پیاوانەی ژنی دووەمیان هێناوە، مەیل دەکەن بە لای هێنانی ژنێکی دیکەشدا، ئەمەش کارەکان ئاڵۆزتر دەکات و، کێشەی تازە دەهێنێتە کایەوە.

٤- پیاوەکە، هەموو کاتەکانی بە غیرەی ژنەکانی لەیەکتر دەڕوات و، ناتوانێت چالاکییەکی بەسوودیان لەگەڵ بکات.

٥- زۆر جار هێنانی ژنی دووەم بەدزییەوە دەبێت، لە کاتێدا مەبەست لە مارەبڕین ئاشکراکردنی هاوسەرگیرییە، لە ڕووی ئاینییەوە ئەم ڕووەی هاوسەرگیریی دووەم بابەتی جێی مشتومڕ و موناقەشەیە.

٦- لە ئێستادا بژێوی و گوزەران گران بووە، ئەگەر پیاو لەهەر دوو ژنەکەی منداڵی هەبێت ئەوا ناچار دەبێت کاتی زیاتر بۆ کارکردن تەرخان بکات، ئەمەش دەرفەتی گرنگیدان بە منداڵەکانی ناهێڵێت.

٧- لەبەر ئەوەی کۆمەڵگە بە باش تەماشای فرەهاوسەرگیری ناکەن، کاتێك پیاوەکە دەچێتە گەشتێك ناچارە کە تەنها یەك خێزانیانی لەگەڵ بێت، ئەمەش واتا فەرامۆشکردنی ئەوی دیکەیان و دروستبوونی ئیرەیی.

پێویستە لە بابەتی هاوسەرگیریی دووەمدا زۆر وریا بن و، ئەگەر لەبەر هۆکارێکی زۆر پێویست نەبێت ئەو ڕێگەیە نەگرنە بەر.

ئامۆژگاریی پێغەمبەریشمان (دروودی خوای لێ بێت) ئەوە بووە کە پیاو تەنها لەگەڵ یەك ژندا هاوسەرگیریی بکات، بێگومان دەبێت ئەم ئامۆژگارییەی بکرێتە بنەما و، نابێت بڵێیت مۆڵەتم هەیە و بێ هیچ هۆیەك خۆت لە فرەژنییەوە وەربدەیت و، نەفس و ئارەزووەکانت تێکەڵاوی کارەکە بکەیت و دواتریش بە ناخۆشی کۆتایی پێبێت.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

"بە چاوی دونیا تەماشای یاساکانی ئیسلام مەکەن و، یەکسەر ڕەتی مەکەنەوە، ئەگەر بە تێڕوانینێکی بەرفراوانەوە بیری لێبکەنەوە جوانییەکانی بەدی دەکەن".

هاریس

"ئافرەت بەر لەهاتنی ئیسلام تەنها بۆ ڕابواردن لای لێ دەکرایەوە، بەڵام ئیسلام شەرەفمەندانەترین پلەی پێدا".

تاریق بوغرا

"ئایینێك کە بەهەشتی لە ژێر پێی ئافرەتاندا ڕاخستبێت، بڵێی ناهەقییان بەرامبەر بکات".

جەمیل مەریچ

35

هەنگاوی سی و پێنجەم

کێشەکانی ئەو خانمانەی کاردەکەن و، ڕێگاکانی چارەسەریان

ڕۆژێکـی پشـوو لای دوو هاوسـەر کە تازە ژیانـی هاوبەشـیان پێکهێنابوو چـام دەخـواردەوە کـە هەردووکیـان پێشـتر قوتابیـم بـوون. پیاوەکـە لـە قوتابخانەیەکـدا مامۆسـتا بـوو و، خێزانەکەشـی بـە مووچەیەکـی کـەم لـە دامەزراوەیەکـدا کاری دەکـرد.

ژیانێکـی نـوێ و، لانەیەکـی تـازە و، ئـەو منداڵەشـی کـە بەڕێـوە بـوو، کۆمەڵێـك کێشـەی لەگـەڵ خـۆی دەهێنـا.

دیـار بـوو مشـتومڕ و نەگونجـاوی لـەماڵیانـدا سـەری هەڵدابـوو و، کارەکانیـان لە شـوێنی خۆیدا نەبوو، نەیاندەزانی چۆن کێشـەکانیان چارەسـەر بکەن؟

بـە بڕوای پیاوەکـە خێزانەکەی نەدەبوو کاری بکردایـە، چونکە ئەو پارەیەی بەدەسـتی دەهێنـا تەنها بەشـی مەسرەفـی خۆی دەکـرد، بەڵام خانمـی ماڵەوە هەمـان ڕای نەبـوو، دەیویسـت بـە کارکردنـی هـاوکاری ماددیـی خێزانەکەی بێـت، جگـە لـەوەش خۆ نابێـت ئەو چەنـد سـاڵە خوێندنـەی هەروا بـە فیڕۆ بڕوات.

ئـەوان وەك دوو کـەس کـە زەحمەتـی خۆیـان لەبەرچـاوە، منیـان بـۆ چارەسـەری ئـەم کێشـەیەیان بانگهێشـت کردبـوو.

لـەم بـارەدا، ناکرێـت پیـاو بـە ژنەکـەی بڵێـت: «نابێـت کار بکەیـت» و



دەستی پێ لـە کارەکـەی هەڵگرێت، چونکـە زۆر هـۆکاری جددی هـەن کـە وا دەکـەن خانمـان لـە بازنەیەکی یاسـاییدا کاربکـەن، کە ناکرێـت پشـتگوێ بخرێن.

پێویستە بەمجۆرە لە بابەتەکە بڕوانین:

کەیبانوویەتـی کـردن لـەماڵـەوە هـەروا کارێکی سـادە و سـاکار نییـە، بەپێچەوانـەوە؛ ماڵبەڕێوەبـردن لـە هـەر کارێکی دیکـە گرانـتر و جددیـترە و، پێویسـت دەکات کاتـی زۆری بۆ تەرخـان بکرێـت، ئـەو ئافرەتانەی خانمـی ماڵـەوەن کارەکانیان لـەو خانمانـە گرنگـترە کـە لـەدەرەوەی مـاڵ کارێکـی دیکـە دەکـەن، جگـە لـەوەش خانمـی ماڵـەوە پێویسـتی بە زانسـت و زانیـاری و ئەزموونێکـی بـاش هەیـە، واتە پیشـەیەکی زانسـتییە.

هـەر ئافرەتێك لـە ژاپۆن خانمـی ماڵەوە بێت، ناچـارە لە ماوەی (١-٣) سـاڵدا نزیکەی (دە) بڕوانامە بەدەسـت بهێنێـت، لە نێوانیاندا بڕوانامـەی چاودێریـی منـداڵ و، ڕاگرتنـی مـاڵ و، پاکوخاوێنـی و، پەیوەندییـە کۆمەڵایەتییـەکان و، چۆنیەتـی پـارە خـەرج کـردن و، چێشـت لێنـان و، دروومـان و چەنـد بابەتێکـی دیکەش.

پێویسـتە کابانێتـی بـە پیشـەیەکی زۆر گرنـگ و جـددی بزاندرێـت، بەتایبەتیـش بـۆ ئـەو خانمانـەی منداڵیـان هەیـە، چونکـە پێویسـتیان بـە کۆکردنـەوەی زانیـاری و، هەوڵدانێکـی زۆر هەیـە.. منـداڵ هێنـدە بەنرخە کە لـەلای کەسـانی دیکـە جێنەهێڵدرێت، چونکـە داهاتوومان بەدەسـتی ئەوانە.

ژنی ئەو برادەرەم وتی:

«چی بکەم؟ ناچارم کار بکەم، تەنها مووچەیەك بەشمان ناکات».

دیارە کە قسـەکەی لە شـوێنی خۆیدا بوو و ڕاسـت بـوو، تەنها مووچەیەك بـەش ناکات، بەڵام هەندێ شـتی دیکـەش هەن کە ڕاسـتن، بۆیە پێم وت:

«ئێمـە لێرە قسـە لەسـەر کارکردن یـان کارنەکردنـی خانمـان ناکەین، وەك پەروەرشـیارێك بیـر لـە داهاتـووی منداڵـەکان دەکەینەوە، بیر لە خۆشـبەختی خێـزان دەکەینـەوە، زۆربـەی خانمـان بـە مووچەیەکی کـەم کار دەکـەن، ئەو پارەیـەی وەریدەگرن تەنها بەشـی کرێـی هاتووچۆ و، جلوبەرگ و، ئارایشـی

خۆیـان دەکات، زۆریـان هێندەیـان پـارە بـۆ نامێنێتـەوە بیـدەن بـە دایانگە یان یەکێـك تـا چاودێریـی منداڵەکەیـان بـۆ بـکات. لەبـەر ئـەوەی زۆر کاتیان بۆ چێشــت لێنانیـش نامێنێتـەوە، زۆر جـار خواردنـی ئامادەکـراو دەکـڕن، واتـە مەسرەفـی نانخواردنیـان لـە خێزانێك کـە خۆیـان خواردنەکانیان ئامـادە بکەن زیاتـرە، کەواتـە لـە هـەر ڕوویەکـەوە تەماشـای دەکەیـت کارکردنـی ئـەوان بەمشـێوەیە نابێتـە هاوکارییەکـی مـاددی بـۆ خێزان.

لـە لایەکـی دیکـەوە کاتی زۆریـان نامێنێتـەوە بـۆ گرنگیدان بە هاوسـەر و منداڵەکانیـان و نێوانیـان سـارد دەبێتـەوە، لـە ئەنجامـی ئەمەشـدا هاروهاجی منداڵەکانیـان و، غیـرەی مێردەکانیان هەسـتیان تێـك دەدات.

زۆرینـەی ئـەو خانمانـەش کـە دووچـاری خەمۆکـی و، نالەبـاری بـاری تەندروسـتییان بـوون ئەو خانمانـەن کە لـەدەرەوەی ماڵ کار دەکەن. ئێسـتا بە لەبەرچاوگرتنـی هەموو ئەم شـتانە دەپرسـم، ئایـا ئەو مووچەیـەی وەریدەگرن بەشـی هەموو ئـەم کەموکوڕیانـە دەکات؟».

هەرچەنـدە قوتابیەکـەم ملـی بۆ قسـەکانم نا، بـەڵام لێرەدا واقیعێـك هەیە: (ئەگـەر ئافرەتەکـە ناچـار بـوو کار بـکات، چـۆن بەرەنـگاری کێشـەکانی ببێتـەوە؟) کـە ناوەڕۆکـی سـەرەکیی بابەتەکەشـمانە.

بـە واتایەکـی دیکە، کارکردنـی خانم لە ماڵـی خۆیـدا و، چاودێری کردنی منداڵەکانـی و، بەڕێوەبردنـی کارەکانـی ماڵـەوە بـە باشـترین شـێوە، بارێکـە کـە هـەم لـە ڕووی خۆشـبەختی خێزانـەوە و هەم لـە ڕووی تەندروستیشـەوە ئـارەزووی دەکرێـت، بـەڵام ئەگەر ئەم بـوارە بـۆ ئافرەتێك نەگونجـا، ئەوکات دەبێـت چـی بکات؟

پێویسـتە زۆر بـە جـددی لـەم بابەتـە بکۆڵدرێتـەوە و ڕێگەچـارەی بـۆ بدۆزرێتـەوە، ئەگـەر نـا هـەر ژن و مێردێـك کـە کار بکـەن ڕووبـەڕووی ئـەم کێشـەیە و چەندانـی تریـش دەبنـەوە.

کێشەکانی خانمانی پیشەدار:

«من ژنێکم لە دەرەوەی ماڵ کار دەکەم.

ئـەو هیلاکییـەی بـە هـۆی کارەکەمەوە تووشـی دەبـووم کاری کردە سـەر ژیانـی خێزانیـم، خـۆ کارکـردن و بەخێوکردنـی دوو منـداڵ کارێکـی هـەروا

ئاسـان نەبـوو، هەرچەنـدە دەشمویسـت بـەڵام نەمدەتوانـی گرنگـی تـەواو بـە هاوسـەرەکەم و منداڵەکانـم بـدەم، ئـەم حاڵەتـەش هەمـوو هەسـتەکانی شـێواندبووم، حـەوت سـاڵمان بەمجۆرە بەڕێکـرد، دواتر تێگەیشـتین کە ژیان بەم شـێوەیە نـاڕوات بەڕێوە، بۆیە لەکۆتاییدا لەگەڵ هاوسـەرەکەمدا دانیشـتین قسـەمان کـرد و، بڕیارمـان دا جیاببینـەوە».

دەروونـنـاس و پرۆفیسـۆر (لیندا فیدێل)، لە ڕاپرسـییەکدا بـۆی دەرکەوتووە (٪٨٥)ی ئـەو خانمانـەی کاردەکـەن کارەکەیـان کاریگەریـی نەرێنیی لەسـەر ژیانـی خێزانداریان هەبووە و، دەشـڵێت:

«کاتێـك هەردووکـمان بـە هیلاکـی دەگەڕێینـەوە بـۆ مـاڵ، هاوسـەرەکەم لـە گۆشـەیەکدا پـاڵ دەکەوێـت و ڕۆژنامەیەك دەگرێـت بەدەسـتییەوە، منیش دەبێـت بچمـە چێشـتخانەکە، ئیـتر بەهـۆی چێشـتلێنان و ئامادەکردنی سـفرە و قاپشـتن و جلشـتن و جـل ئوتووکـردن و کارەکانـی دیکـەی ماڵـەوە هـەر بەهیلاکـی سـەر لەسـەر جێـی نووسـتن دەنێـم و، بەیانیانیـش بـە هیلاکـی لە خـەو ڕادەبم».

هەمــوو ئــەم هیلاکییانــە دەبێتــە هــۆی ئــەوەی ئــەو خانمێتییــەی لــە ئافــرەت چــاوەڕوان دەکرێــت بشــاردرێتەوە و، هاوسەرەکەشــی ئــەوەی دەسـت نەکەوێـت کـە پێویسـتی پێـی بـوو، ئیـدی هەندێ پیـاو لـە دەرەوەی خێـزان بــە دوای پێویســتیی خۆیانــدا وێــڵ دەبــن و، هەندێکــی دیکــەش نائارامیــی لــە ماڵــەوە دەســازێنن.

بـە کارکردنـی دایـکان، ڕێکوپێکـی مـاڵ تـا ڕاددەیەکـی زۆر تێکدەچێت، زۆر جـار منداڵـەکان لـە خۆشەویسـتی و نـازی دایـك بێبـەش دەبن.

ئەمـەش لـە کاتێکـدا پێویسـتە منداڵەکانمان کـە داهاتووی ئێمـەن لە پێش هـەر شـتێکەوە بـن، لێـرەدا ئەگـەر دایکەکە هـەر ناچار بـوو کار بـکات، ئەوا باشـترە بـە شـوێن کارێکـدا بگەڕێـت کـە ڕێگـر نەبێـت لەبـەردەم چاودێریی کردنـی خێـزان و منداڵەکانیـدا و، بەختەوەریـی خێزانەکەی نەشـێوێنێت.

ئـەو دایکانـەی کار دەکـەن، پێویسـتە هیچ نەبێت تـا تەمەنی کاتـی چوونە قوتابخانـەی منداڵەکانیـان خۆیـان چاودێرییـان بکـەن، چونکـە ئـەو دایەنەی بەکرێیـەك چاودێریـی منداڵێـك دەکات هەرچەندێکیـش بـاش بێـت، بـەڵام

ناتوانێـت جێـی دایکـی بگرێتەوە.

دەروونناس و پەروەرشیارەکان زۆر پێداگری لەسەر ئەوە دەکەن کە بۆ پێگەیشتینی منداڵ پێویستە پێنج ساڵی سەرەتای تەمەنی بە خۆشەویستی دایکی پەروەردە ببێت، کەچی چەندین منداڵی بێ هەژمار ئەم تەمەنەیان دوور لە دایك و باوکیان دەبەنە سەر.

بەداخەوە، بەپێی قسەی پەروەرشیارەکان ئەم منداڵانە پەروەردەی ڕۆحییان دوادەکەوێت و، هەستەکانی وەك بێ متمانەیی و، زوو زویر بوون و، ڕەشبینی و، شەرمنی و، دواکەوتوویی لە خوێندندا و، شەڕانێتی تێیاندا زیاتر پەرەدەسێنێت.

> **"دواڕۆژی منداڵەکانتان مەکەنە قوربانی خەونی فەراهەمهێنانی داهاتوویان".**
>
> سەباحەدین شیمشێك

بە شێوەیەکی گشتی ڕواڵەتی کێشەکانی خانمانی پیشەدار ئەمانە بوون، بەڵام ئەگەر وردتر بیانخەینە بەر باس، ئەوا دەکرێت ئەم خاڵانە بخەینە ڕوو:

١- دابڕان لە منداڵ و، دەرنەبڕینی خۆشەویستی بۆی، دایکان دڵتەنگ دەکات، ئەو منداڵەشی دوور لە دایکی پەروەردە دەبێت بێ گوێ و، بێ بەرنامە و، سەرلێشێواو دەبێت.

٢- ئەو خانمەی ناتوانێت کاتی پێویست بۆ خێزانەکەی تەرخان بکات لەو خێزانەدا جێگیر نابێت، ئاسوودەیی نامێنێت و، لە ژێر فشاری دواکەوتنی کارەکانیدا دەبێت و، بۆ ڕاگەیشتن بەمانەش ناچارە هەوڵێکی زۆر بخاتە گەڕ.

٣- هەمیشە کێشەی ئەوەی هەیە کە ناتوانێت وەك پێویست لای هاوەڵ و خزم و تەنانەت هاوسەرەکەشی بمێنێتەوە.



٤- بـە هـۆی پەککەوتنـی کارەکانـی ماڵـەوە، زووزوو شـەڕ و دەمەبۆڵـێ دێتـە ئـاراوە.

٥- ئەو خانمەی کاردەکات کێشەی غیرەی مێردەکەی هەیە، کە هەمیشە لەم کارەی ناڕەحەتە، بۆیە جارجار دەبێتە دەمەبۆڵە و، تەنانەت شەڕیشیان دەبێت.

٦- هەنـدێ لـەو خانمانـەی کار دەکـەن، لـە شـوێن کارەکەیـان وەڕەسـن و، پڕکردنـەوەی ئـەم بۆشـاییەش زۆر گـران دەبێت.

دڵەکان بە ئامۆژگاری زیندوو دەبنەوە، هەر ئاستەنگەکانیش بە ئامۆژگاری دەڕوخێن.

مەولانای جامی

٧- ئـەو ژن و مێـردەی کاتـی پێویسـت بۆ یەکـتری تەرخـان ناکەن، زۆر دەچـن بەگژ یەکدا و، بەردەوامیی ئـەم کێشـەیەش تـا جیابوونـەوە سەردەکێشـێت.

٨- لەبـەر ئـەوەی خانمەکـە لـە دەرەوە و لـە ماڵـەوەش کار دەکات، هـەم لـە ڕووی جەسـتەییەوە و هـەم لـە ڕووی ڕۆحییـەوە زوو مانـدوو دەبێـت و، لەتەمەنێکـی کەمـدا دووچـاری تێکچوونـی تەندروسـتیی دەبێتـەوە.

٩- لەبەرئـەوەی خانمـی پیشـەدار هـەردەم لەماڵـەوە نییـە، لەلایـەن گەورەکانـی بنەماڵـەوە زۆر ڕەخنـەی لێ دەگیردرێت و، بەشـێکی کێشـەکانی نێـوان بـوك و خەسـوو بـە هـۆی ئەمەوەیـە.

١٠- زۆر جـار ئـەو مووچەیـەی وەریدەگرێـت، بەشـی خەرجییەکانـی نـاکات، واتـە ماندووبوونەکـەی بـە فیـڕۆ دەچێـت.

١١- ئـەو خانمانـەی کاردەکـەن، لـە خانمانـی مـاڵ زیاتـر پەنـا بـۆ جگەرەکێشـان و مـەی خواردنـەوە دەبـەن.

دەکرێـت چەندیـن کێشـەی دیکـەش بـاس بکەین کـە هەموویـان واقیعن و، ناکرێـت بـە نەبـوو هەژمـار بکرێـن، گرنـگ ئەوەیـە بزانیـن چـۆن بنبڕیـان دەکەیـن، یاخـود کەمیـان دەکەینـەوە، هـەر ئەمەش باسـە سـەرەکییەکە.

ڕێگاکانی چارەسەرکردن:

١- ئەگـەر هـۆکاری ناچـاری نەبوو، ئـەوا یەکەم پێشـنیار ئەوەیـە کە خانم

لـەماڵەوە بمێنێتەوە و لەگەڵ هاوسـەر و منداڵەکانیدا خۆشـبەخت بژی.

بە پێی چەند لێکۆڵینەوەیەك لە وڵاتانی ڕۆژئاوا دەرکەوتووە کە (٦٠٪)ی خانمان ئارەزوو دەکەن بگەڕێنەوە بۆ ماڵ و ببنەوە بە خانم و کابانی ماڵ.

> **بەر لە هاتنی ئیسلام ئافرەتان نەك هەر میراتگر نەبوون، بەڵکو خۆشیان وەك کەلوپەل بە میراتی دەبران.**
>
> ئیسماعیل فەننی ئێرتوغڕوڵ

٢- سەربەستیی ڕاستەقینەی ئافـرەت ئـەوە نییـە تا ئێـوارە لـە شـوێنێك کار بـکات و، فەرمـان وەربگرێت، بەڵکـو ئەوەیـە لـە ماڵەکـەی خۆیـدا بێـت و، فەرمـان بـدات و، منداڵەکانـی بەخێـو بـکات و، لەگـەڵ هاوسـەرەکەیدا ئاسـوودە بێـت.

٣- ئەگـەر بـە شـێوەیەکی بـاش پـارە بەکاربهێندرێـت، ئـەوا پێویسـت بـە کارکردنـی خانمـان نـاکات.

٤- ئەگەر پێویست بوو خانمان کار بکەن، ئەوا با کارێك جێی متمانە و، شوێنێکی باوەڕپێکراو هەڵبژێرن.

٥- ئـەو خانمـەی ناچـارە کار بـکات، پێویسـتە هاوسـەرەکەی هـاوکاری بێـت لـە کارەکانـی ماڵەوەیـدا، کێشەکانیشـیان پێکـەوە چارەسـەر بکـەن.

٦- پێویسـتە گەورەکانـی بنەماڵـە هاوکاریـی خانمانـی پیشـەدار بکـەن و، بـە تەنهابالـی لێیـان نەگەڕێـن، چونکـە ئـەم ئافرەتانـە بـە تەنهـا لـە گێـژاوی کێشـەکاندا گیـر دەخـۆن و، ئەگـەری دووچاربوونیـان بـە هەڵـە زۆرە.

> **نەفس ئەژدیهایەکی نووستووە، وا گومان مەبەن کە مردووە.**
>
> مەولانا

٧- کاتێـك منـداڵ وابەسـتەی دایـك و باوکـی دەبێـت، لەگـەڵ کەسـانی دیکـەدا ناگونجێـت، بۆیـە هـەر لـە سـاڵەکانی یەکەمـی تەمەنییـەوە هـەوڵ بـدەن لەگـەڵ کەسـانی دەوروبەرتانـدا پەیوەندیـی بـۆ ببەسـتن، چونکـە ئەگـەر منـداڵ لـە ژێـر چاودێریـی دایـك و باوکیـدا پەیوەندیـی لەگـەڵ خزموکـەس و هـاوەڵ و دراوسـێکاندا ببەسـتێت، ئـەوا ئاسـانتر لەگـەڵ دابڕانـی کاتیـی لـە دایـك و باوکیـدا ڕادێـت.

٨- کاتێـك دەگەڕێنــەوە بــۆ مــاڵ ســۆز و خۆشەویســتیی خۆتــان بــۆ منداڵەکەتــان بخەنــە ڕوو.

ئەو کاتەی تۆی دایك بۆ ئەوی تەرخان دەکەیت زۆر گرنگترە لەو کاتەی بۆ کار و باری ماڵەکەتی تەرخان دەکەیت، واتە نابێت دایکان بەهەڵەدا بچن و منداڵەکانیان بە شتێکی کەم بزانن و وا گومان بەرن کە هیچ نازانن.

ئـەو منداڵانـەی لای چاودێـر یـان لـە دایەنـگا جێدەهێڵدرێـن گومانیـان لـە خۆشەویسـتیی دایکیـان دەبێـت بۆیـان، هـەر بۆیـە بـۆ دڵنیابـوون لـە خۆشەویستییەکەشـیان بە هاروهاجی و هەڵسـوکەتی بێزارکەر دایك و باوکیان تاقـی دەکەنەوە، لـەم کاتەدا ئاممان! نەکەن بەسـەریاندا بتەقنـەوە، بەڵکو ئارام بگـرن و هـەردەم پێیان بڵێن کە خۆشـتان دەوێـن، کاتێك ئەمە دەڵێم مەبەسـتم ئـەوە نییـە کە منداڵـەکان هەرچییەکیان ویسـت بیکـەن و لە هیـچ نەگەڕێنەوە.

ئەگـەر منداڵێـك لـە خۆشەویسـتیی ئێـوە دڵنیـا بێت، ئـەوا کاتێك لەسـەر هەڵەیەکـی لێـی تـووڕە دەبـن و، کاتێکیش دووبـارەی دەکاتەوە سـزای دەدەن لێتـان ناڕەنجێت، بگرە پێشـی خۆش دەبێت، چونکە هەسـت دەکات گرنگیی پـێ دەدرێـت و ناهێڵـن ببێتە کەسـێکی خراپ.

زۆر جـار ئـەو دایکانـەی کار دەکـەن، بۆ نەهێشـتنی هەسـتی تاوانبارییان، منداڵەکەیـان هەرچییـەك داوا بکات دەیدەنە دەسـتی و دواتریـش منداڵەکەیان کەسـێکی بەنـاز و لەخۆبایـی دەدەچێـت، بۆیە پێویسـتە وریا بـن نەکەونە ئەم هەڵەیەشەوە.

٩- منـداڵ حـەزدەکات لـە ماڵێکـدا بـژی کـە تاکەکانـی بـە ڕێـز و خۆشەویسـتییەوە لەگـەڵ یەکـدا مامەڵـە بکـەن، بـەڵام ئەگـەر بـە جۆرێـك تێبـگات کـە هەمـووان ناچـارن کاربکـەن و، لەبەر ناچـاری بەجێـی دەهێڵن، نـەك لەبـەر خۆشنەویسـتنیان بـۆی، ئـەوکات بـە لێدابڕانیـان زۆر غەمگیـن نابێـت.

ئـەو منداڵانـەی کە لە خۆشەویسـتیی دایـك و باوکیان دڵنیا نیـن و، کاتێك دەگەڕێنـەوە بـۆ مـاڵ ئـاژاوەی نێـوان دایـك و باوکیـان دەبینـن و، هەسـت بە خۆشەویسـتیی پێویسـت ناکەن، هەسـتی متمانەبەخۆبوونیـان لاواز دەبێت.

هـەردەم لـەوە دەترسـن کـە ڕۆژێـك ئـەم لانەیەیـان لـێ بشـێوێت و، بـێ

دایـك و بـاوك بمێننـەوە، ئـەم ترسـەش لـە تێكچوونـی پێگەیشـتنیاندا ڕەنـگ دەداتـەوە و، ڕێگـە بـۆ كێشـەی دیكـەش خـۆش دەكات.

١٠- ئـەو چاودێـرەی منداڵەكەتانـی لا جێدەهێڵـن، یـان ئـەو دایەنگایـەی منداڵەكەتانـی بـۆ دەنێـرن زۆر بە باشـی هەڵبژێـرن، زوو زوو گۆڕینی چاودێر یـان دایەنـگا دەبێتـە هـۆی لاوازبوونـی متمانەبەخۆبوونـی منداڵەكـە و، بـۆ ڕاهاتـن لەگـەڵ هـەر یەكێكیانـدا تووشـی نارەحەتـی دەبێـت. ئەوەشـتان بیـر نەچێـت كـە چاودێرێـك یـان دایەنگایەكـی هـەرزان دەشـێت وەك پێویسـت خزمەتـی منداڵەكـەت نـەكات و كاریگەریـی نەرێنیـی لەسـەر منداڵەكـەت هە بێت .

هـەر كاتێـك دەرفەتێكـت بۆ هەڵكـەوت، بێ ئـاگاداری بچۆ بۆ سـەردانی ئـەو شـوێنەی منداڵەكـەت پێ سـپاردوون و، خـۆت دڵنیـا بكەوە لـەوەی ئایا خزمەتـی منداڵـەت دەكـەن یاخـود نـا، بـەڵام بشـزانە كـە هەرگیـز ناتوانیـت چاودێرێكـی لـە خـۆت باشـتر بـۆ منداڵەكـەت پەیدا بكەیـت، بۆیـە ئەگەر لە كاتـی سـەردانەكانتدا ئـەم شـتە لەبـەر چـاو بگریت، باشـتر لـە چاودێـرەكان تێدە گەیت .

پێویستە ئەو دایكانەی كار دەكەن ئەوەیان بیر نەچێت كە دایكن و، ماڵ و منداڵیان هەیە و، هەموو هەڵسوكەوتێكیان بە پێی ئەمە ڕێك بخەن، چونكە بچووكترین هەڵە كاریگەریی لەسەر هاوسەر و، منداڵ و بەختەوەریی خێزان دەبێت.

ئـەو خانمانـەی كاردەكـەن، پێویسـتە داهاتیـان لەگـەڵ هاوسـەرەكانیاندا بكـەن بـە یەك و، پێكـەوە قورسـایی ژیان لە كۆڵ بنێـن و، ئەو كاتـەی لە پاش كارەكەیـان بۆیـان دەمێنێتەوە بۆ ماڵ و هاوسـەر و منداڵەكانیانـی دابین بكەن.

وتەكانی مامۆستا (سەعیدی نوورسی)ش لەم بارەیەوە جێی بایەخن:

«قەناعەت بكەن بەو خۆشییەی لە بازنەیەكی شەرعیدا دەستتان دەكەوێت، قسەیەكی خۆش لەگەڵ ڕۆڵە دڵپاكەكانتان لە سەد فیلم و سینەما باشترە، بشزانن كە خۆشیی ڕاستەقینەی ژیانی دونیا تەنها لە چوارچێوەی ئیماندایە».



36

هەنگاوی سی و شەشەم

چ جۆرە خانوویەك بۆ خێزانێكی بەختەوەر گونجاوە؟

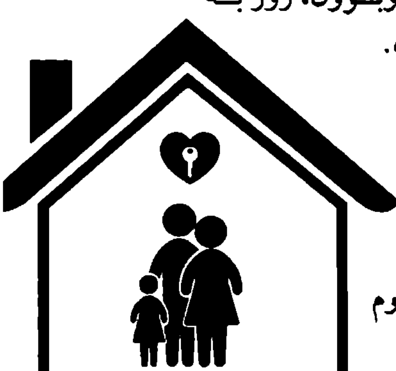
«ئەو خێزان و گەڕەك و شارەی كە بە مەعنەویاتی مرۆڤدۆستانە ڕازێندراونەتەوە، چێژ و خۆشیی مرۆڤبوون بە مرۆڤ دەبەخشن».

هاڵوك سێنا ئاری

لە پێناو دەربازبوون لە گەرمای بەتینی مانگی ئاب، پەنام بردە بەر سێبەری دارچنارێك لە پاركێكدا.

لە پەنا پیاوێكی بەتەمەنەوە، كە پشتی بە قەدی دارەكەوە دابوو، پشووی دەدا، دانیشتم و سڵاوم لێكرد.

مامە پیرەكە كە چاوەكانی كزبووبوون، زۆر بە گەرمی وەڵامی سڵاوەكەی دامەوە.



پیاوەكە كە لە ڕووخساریدا بەڕێزی دەخوێندرایەوە، وا دیاربوو لەناو كۆمەڵگەدا هەستی بە تەنهایی دەكرد.

بۆ زیاتر یەكتر ناسین و درێژەدان بە وتووێژەكەمان چووم دوو ماستاوم كڕی و یەكیانم پێشكەش كرد.

زۆر بەڕێزەوە وتی:

- زۆر سوپاس کوڕی خۆم، بەڵام ناتوانم ماستاوەکەت لێ وەربگرم».

- بۆچی؟

- من هیچ شتێك بێ بەرامبەر وەرناگرم.

منیش بە گاڵتەوە وتم:

- دەی ئێستا ئێوە بفەرموون نۆشی بکەن، دواتر پارەکەیتان لێ وەردەگرم.

- ئێستا پارەم پێ نییە، لەوەش دڵنیا نیم تا دوایی لە ژیاندا ئەمێنم یان نا، زۆرم لێمەکە کوڕم..

بەڕاستی سەرم سوڕمابوو لەم تێگەیشتوویی و خوو و ڕەوشتە نموونەییەی.

ئەمە ئەو مەردایەتی و جوامێری و کەسایەتیەیە کە پێویستمانە، ڕەتکردنەوەی شتێك بە بێ ڕەنجاندن و، وەرنەگرتنی شتێك کە هی خۆی نەبێت...

بەتەواوی کەسایەتییەکی دۆستانە و دڵپاك و خۆشڕەفتاری هەبوو...

بۆ ئەوەی نەبێتە بێرێزی منیش ماستاوەکەم نەخواردەوە و، پێشکەشی چەند منداڵێکم کرد کە لەوناوە بوون.

کەمە کەمە یەکمان ناسی...

بەڕاستی شاکارێکی ڕەوشتبەرزیی و مامۆستایەکی مێژوو بوو، هێندە بە نموونەی پەندئامێز و کاریگەر ڕابردووی بە ئێستاوە بەستەوە، کە من تەنها دەمەوێت چەند ڕستەیەك لە وتەکانیتان بۆ بگوازمەوە:

«کوڕی خۆم! ئێمە ئەوسا کاتێك بە دەست کێشە و دەردەسەری و ئیشوکارەوە بێزار ئەبووین، بۆ پشوویەك ڕوومان لە ماڵەکانمان ئەکردەوە، چونکە لە ماڵدا خانم وەك فریشتە و پەروانە ئەهات و ئەچوو و، منداڵی شیرین و نەشمیلەمان هەبوو کە بە دەور و خولماندا ئەهاتن.

ماڵەکانمان لانەیەکی پڕ لە کامەرانی بوو، ئایەت و، فەرمودە و، وتەی جوان و، نزا و پاڕانەوە و، نوێژ و، قورئانخوێندن ماڵەکانمانی پڕ کردبوو لە ئارامشێکی ئیلاهی.

کاتێك ئەچووینەوە ماڵەوە ئاسوودەییەك ناخمانی دائەپۆشی و،

دڵتەنگییەکانمـان بـەو کەشـە مەعنەویـە ئەڕەوینـەوە و، کۆتاییـان پـێ ئەهات.

ئـەو چا یـان قاوەیەی بـە تایبەت پێشکەشـمان دەکـرا هەمـوو ناڕەحەتی و دڵتەنگییەکـی بەبـادا ئەداین و، وامان هەسـت ئەکـرد لە بەهەشـتی دونیادایـن، دەنگـی بەسـۆزی خانمیش سـەرچاوەیەکی شـیفا بوو بـۆ دەروونمان.

نەخـش و نیـگاری سـەر دیـوارەکان و، ڕێکوپێکـی و سـادەیی ماڵەکـە و، جەوشـەی بـە پەرژینـی ماڵەکـە، بەهەشـتێکی تایبەتییـان بۆ ئەسـازاندین.

ئـای کوڕەکـەم! ئێمە چیـمان لەدەسـت نەداوە؟ لەشسـاغیمان لـە خانووە دارینەکانـدا و، خواردنـە سروشـتییەکان و، بـۆن و بەرامی خواردنـە خۆکرد و خۆماڵییەکان...

لـە ماڵەکانـی جارانـدا، گـەورەکان وەك پاشـا بەخێـو ئەکران، بەڵام ئێسـتا گـەورەکان لـە پارکەکانـدا چاوەڕوانـی خۆرئاوابوونن، چونکە ئیـتر گەورەکان تاجـی سـەر نیـن لە ماڵـدا، بەڵکـو شـتێکی زیادەن.

هاوسـێیەتی نەمـاوە، خانـووی باخچـەدار بووەتـە مێـژوو، ژیـان لـە شـوقەکاندا پەیوەندییەکانـی ساردوسـڕ کـردووە، کـەس کـەس ناناسـێت.

ئەو کەسـانەی جاران بۆ ئارامبوونەوە ئەچوونەوە بۆ ماڵ، ئێسـتا لەدەسـت نائارامـی ماڵەوە ئەڕۆنە دەرەوە، هەروەك ئێسـتای من...».

مامەپیـرە -کـە تەمەنێکـی لـە ڕەسـەنایەتیدا بەسـەر بردبـوو- فرمێسـك لـە چاوانـی دەهاتنە خوارێ، کەسـێك کـە دۆسـتە وەفادارەکانی لەدەسـت دابوو و ناچـار بـوو لەگـەڵ دۆسـتی بێوەفـا هەڵبکات، جگـە لە گریـان هیچی تری لەدەسـت نایـەت.. بەڕاسـتی مامەپیـرەی بەڕێـز زۆر کاری تێکردم.

ئیـدی نـە ماڵێکـی وا ئاسـوودە مـاوە، نـە کەسـێکیش کـە بـە ئاسـوودەیی بـژی. مرۆڤـی ئـەم سـەردەمە لـە بەهـا مەعنەوییـەکان دوور کەوتووەتـەوە و، زیاتـر گرنگـی بە دەسـتکەوت و جێکەوتی مـاددی دەدات، ئیـدی پەیوەندیی ساردوسـڕی سـوود و قازانـج و بەرژەوەندیـی تایبـەت جێـی بەهاکانـی وەك هاریـکاری و، هاوسـێیەتی و، لەخۆبوردوویـی گرتووەتـەوە و، پەیوەندییـە مرۆڤایەتییـەکان تـا بڵێیـت کـەم و کاڵ بوونەتـەوە.

خەڵکـی وڵاتەکەمـان، کـە بـەرەو کۆمەڵگەیەکـی خۆشـگوزەران هەنـگاو دەنێـن، کاتێـك بـە مـاددە دەگـەن هەسـت بـە بۆشـاییەك لـە ناخیانـدا دەکەن

و، هەستی بێ ئامانجی و غەریبایەتییەك دایان دەگرێت كە لەوەو پێش وێنەیان نەدیوە.

ئەو ژمارە زۆرەی دانیشتوان كە ڕوو لە شارەكان دەكەن، ژیانی شاریان كردووە بە ئاژاوە، ئەو كەسانەی لە شوقەدا دەژین مەحكومی ژیانێكن كە هەردەم بە ئاواتی تیشكی بۆژێنەرەوەی خۆرهەتاو و باخچەیەكەوەن، ئەمەش هێندەی تر ئەو كەسانە وردوخاش دەكات كە ڕووبەڕووی كێشە سەختەكانی ژیان بوونەتەوە.

ئەم شێوازی ژیانە وای كردووە، هەڵبژاردنی جۆر و شوێنی ماڵ و دراوسێ ببنە شتگەلێكی زۆر گرنگ.

كاتێك پیاوی ماڵ بە هیلاكی لە كار دەگەڕێتەوە و، دووبارە خانمەكەشی كاتێك بە كاری ماڵەوە هیلاك دەبێت یان لەسەر كارەكەی ماندوو دەبێت و، منداڵەكانیش كە بە بیرئالۆزییەوە لە قوتابخانە دەگەڕێنەوە، هەموو لەشوێن بەختەوەریی و ئاسوودەیی دەگەڕێن لە ماڵەوە، جگە لەوەش مرۆڤ زیاد لە نیوەی تەمەنی لە ماڵەكەیدا بەسەر دەبات.

بۆ ئەوەی ژینگەی خێزان ژینگەیەكی زۆر ئاسوودە و ئارامتر بێت، پێویستە لە كاتی كڕین یاخود بەكرێگرتنی خانوودا ڕەچاوی هەندێك تایبەتمەندی بكرێت، ئەمە لە ڕووی تەندروستییەوە زۆر گرنگە، چونكە بە پێی لێكۆڵینەوەكان ژینگەیەكی ناتەندروستی ماڵ، سەرچاوەیە بۆ سەرهەڵدانی چەندین نەخۆشی.

دەكرێت لەپێناو دەستەبەركردنی خێزانێكی تەندروستتدا ئەم تایبەتمەندییانەتان بۆ بخەینە ڕوو:

١- سەرەتا كاتێك خانوو دەكڕن پێویستە سەرنجی بارودۆخی دراوسێكان بدەن و، بزانن دەتوانن گفتوگۆیان لەگەڵ بكەن و، بە ئارامی هاتووچۆیان بكەن و، كەسانی جێی متمانەن یاخود نا..

ئەگەر ببنە دراوسێی خێزانێك كە نەتوانن لێتان تێ بگەن، ئەوا نائارامیی و فشارێكی بەردەوام دەهێننە خێزانەكەتانەوە، چونكە نەگونجان لەگەڵ دراوسێدا وەك هیچ نەگونجانێكی دیكە نییە. هەرچەندە لە ئێستادا كارێكی گرانە، بەڵام دەبێت زۆر گرنگی بەم پەندە بدەین كە دەڵێت:

«خانـوو مەكـڕە، دراوسـێ بكـڕە!».

٢- پێشـنیار دەكەیـن خانووەكـە یەك قات یان دوو قات بێـت و، ئەگەریش گونجا با باخچـەی هەبێت.

بینایەكـی چەنـد نهۆمـی، كاریگەریـی لەسـەر ڕۆحـی مـرۆڤ دەبێـت، ئەمـەش لەمـڕۆدا بـە جوانـی دەركەوتـووە، چونكـە جیاوازییەكـی زۆر هەیـە لـە نێـوان ڕاسـتگۆیی ئـەو (٢٠-٣٠) خێزانـەی كـە لـە كۆنـدا لـە كۆڵانێكـی تەسـكدا دەژیـان و، گفتوگـۆی نێـوان ئـەو كەسـانەی كـە لەیـەك باڵەخانـەی چەنـد نهۆمیـدا دەژیـن.

زۆر جـار ئـەو كەسـانەی لـە شـوقەیەكدا دەژیـن ئـەو خێزانـە ناناسـن كـە لـە شـوقەی ژوور خۆیانەوەیـە. ئاشكراشـە مرۆڤـەكان تـا لـە ڕووی خاك و زەوی نزیـك بـن ئـارام دەبنەوە و، تـا لێـی دوور بكەونـەوە ئارامییـان كـەم دەبێتـەوە، ئەمـەش بابەتێكـە دەبێـت لەبەرچـاو بگیردرێـت.

٣- پێویستە لە ماڵدا ژووری تایبەت بە منداڵ بە پێی تەمەنی گەشەسەندنی هەبێت و، دەشتوانرێت وەك ژووری سەعیكردنیش بەكار بهێندرێت.

پێویسـتە لـە دوای تەمەنـی دوو بـۆ سـێ سـاڵییەوە منداڵـەكان لـە ژووری نووسـتنی خۆیانـدا بخـەون، چونكـە ئەمە بۆ لایەنـی دەروونی و پێگەیشـتنی جەسـتەییان زۆر گرنگـە. جگـە لـەوەش پێویسـتە پـاش تەمەنی دە بـۆ دوازدە سـاڵان ژووری نووسـتنی كـوڕ و كـچ جیـا بكرێتەوە.

٤- پێویسـتە خانـوو لـە ژاوەژاوەوە دوور بێت و، تیشـكی خۆرهەتاویشـی تـێ بكەوێت.

٥- بـۆ ئـەوەی منداڵـەكان لـە نێـوان چـوار دیـواری ماڵـدا بێـزار نەبـن، پێویسـتە باخچەیـەك هەبێـت كە جارجـارە بڕۆن بـۆی، ئەگەر نـا دەمەبۆڵێ لە نێـوان منداڵـەكان و گەورەكانی خێزاندا ڕوودەدات و، دەشـێت هەندێ منداڵ لـە وەڕەسـیاندا لە قسـەی دایـك و باوكیـان دەربچن.

٦- پێویسـتە گرنگـی بدرێـت بـەوەی ماڵەكـە لـە مزگەتەوە نزیـك بێت، بۆ ئـەوەی هـەم نوێـژ و پەرستشـەكان بە كۆمەڵ بكـەن، هەمیش دەنگـی بانگ لە ماڵەوە ببیسـترێت.

ئـەو كەسـانەی لـە گەڕەكێكـدا دەژیـن كـە مزگەوتـی لێـوە نزیـك نییـە،

هەمیشـە هەسـت بە نائارامیـی مەعنەوی دەکـەن، ئەو منداڵانەکـەش کە دوور لـەو کەشـانە پـەروەردە دەبن، ڕێگـەی زۆر خراپـە و هەڵەیان بـۆ واڵا دەبێت.

بەهـۆی زۆربوونـی کێشـەی سـەردەمەکەمانەوە، گرنگیـی خانـوو بـە ڕادەیەکـی زۆر زیـادی کـردووە و، تایبەتمەندیـیماڵەکـە و دراوسـێکان بـۆ ئاسـوودەیی خێزانـەکان بوونەتـە شـتێکی یەکجـار گرنـگ.

ئەمانە بخوێنەوە و پیادەیان بکە

پێغەمبەر (د.خ) دەفەرموونێت:

".. هەر کەس باوەڕی بە خوا و بە ڕۆژی دوایی هەیە، با ڕێز لە دراوسێکەی بگرێت و دڵی ڕابگرێت.."

بوخاری و موسلیم ریوایەتیان کردووە.

"کەسی باش ئارامت دەکاتەوە، دراوسێی خراپیش دەنگت دەردێنێت".

فرێدریك هیبڵ

"ئاسوودەیی ماڵ و، پەروەردەی منداڵ و، پەیوەندییە مرۆڤایەتییەکان تاڕاددەیەکی زۆر بەستراونەتەوە بە دەوروبەرەوە، کەوابوو "بەر لە خانوو کڕین، دراوسێ بکڕە!" یان "بەر لە ماڵ کرین، ژینگە بکڕە!".

37

هەنگاوی سی و حەوتەم

داوای نزا لە بەتەمەن و نەخۆشەکان بکەن

«لە تیشکی زۆر ڕیوایەتی ڕاست (صەحیح) و زۆر ڕووداوی مێژووییدا سەلمێندراوە کە لە پاڵ ئەو پاداشتە زۆرەی کە لە خزمەتکردنی بەتەمەنەکاندا هەیە، ئەگەر نزای ئەو بەتەمەنانە بەدەست بهێنن، بەتایبەتی ئەگەر دایك و باوکتان بوون و، دڵیان خۆشبکەن و، بە شێوەیەکی وەفادارانە خزمەتیان بکەن، ئەوا بە بەختەوەریی دونیا و دواڕۆژ شاد دەبن».

مامۆستا سەعیدی نوورسی

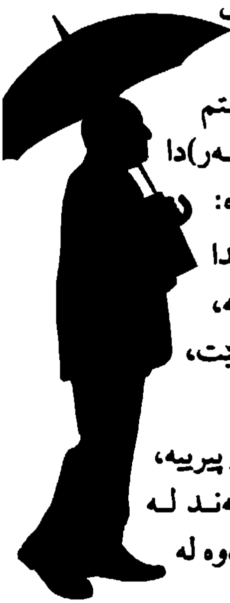
خـودا مرۆڤـی کردووەتە نموونەیـەك و، بۆ نمایشـکردنی نـاوە پیرۆزەکانی خـۆی ئـەو نموونەیـە دەکاتە سـەر شـێوەی جیاجیـا. هەندێ جار نەخۆشـیی بـۆ دەنێرێـت، هەندێ جـار بەڵای تـووش دەکات و، بە نیعمەتی بـەردەوام و، بـەڵای بـەردەوام تاقیـی دەکاتـەوە. واتە چۆن بـۆ ڕەنگدانەوەی نـاوی پیرۆزی (الـرزاق) پێویسـتە برسـێتی هەبێـت، بەوجـۆرەش بـۆ ڕەنگدانـەوەی نـاوی پیرۆزی (الشـافی) پێویسـتە نەخۆشـی هەبێت.

مەگـەر ئـەم دونیایـە گۆڕەپانـی تاقیکردنـەوە نییە؟ ئـەو شوێنەشـی کرێ و پاداشـتی لـێ وەردەگرینـەوە بەهەشـتە، کەواتـە هەرچەنـدە پرسـیارەکانی ئەم گۆڕەپانە سـەختتر بن، پاداشـتەکەی هێندە زیاتر دەبێت، بۆیـە پەروەردگاریش نەخۆشـیی بـۆ ئەو بەندانـەی نـاردووە کە زۆری خۆشـدەوێن.

لـە فەرموودەیەکـدا کـە (بوخـاری) ڕیوایەتـی کـردووە هاتـووە: (پێغەمبەر (د.خ) دەفەرمووێـت: «هـەر کـەس خـوای گـەورە خێـر و چاکەیـی بوێـت، تووشـی بـەڵا و موصیبەتـی دەکات»).

زۆر پێغەمبـەر و پیاوچاك کاتێـك نەخۆش کەوتوون نارەزاییـان دەرنەبڕیوە و سوپاسـگوزاربوون لەسـەری. هـەر کەسـیش ئـارام بگرێـت لەسـەر ئـەو نەخۆشـییانەی تووشـی دەبـن، دەچێتـە ڕیـزی ئـەو کاروانـە نوورانییەوە.

هەموومـان بەسـەرهاتی پێغەمبـەر ئەییوبمـان (سـەلامی خوای لـێ بێت) بیسـتووە، کاتێـك بەوپەڕی سـامانداری گەیشـتووە پـەروەردگار ڕووبەڕووی تاقیکردنەوەیەکـی زۆر سـەختی کردووەتـەوە، سـەرەتا ماڵ و سـامانەکەی لێ سـەندووەتەوە، پاشـانیش تەندروسـتیی تێـك داوە و تووشـی نەخۆشـییەکی درێژخایەنـی کـردووە، تەنانـەت هێنـدە بریـن بـە جەسـتەیەوە بـوون کـە کـرم تێـی دابـوون، هەمـوو کەسـێك لێـی دووردەکەوتـەوە و، خزموکـەس و دراوسێکانیشـی نەدەچوونـە لای، لـەم بـارەدا حەزرەتـی ئەییـوب (سـەلامی خوای لێ بێت) و خێزانەکەی چییان کرد؟ سـەرپێچی خودایان کرد؟ بێگومان نەخێـر، بگرە زۆر سوپاسـگوزار بوون و، بەڵاکەیان وەك دیارییەکی بەسـۆزی پـەروەردگار دانا، هاوسـەرەکەی ئەو پێغەمبەرە پشـوودرێژە لـە لایەکەوە کاری دەسـتیی دەکرد و بژێـوی خۆیانی دەردەهێنـا و، لەلایەکی دیکەشـەوە خزمەتـی هاوسـەرەکەی دەکرد.



پێـم خۆشـە چەنـد وتەیەکـی هاوەڵـی خۆشەویستم (جەمیـل تۆکپنار)تـان لـە کتێبـی (خۆشەویسـتی تـا سـەر)دا لەسـەر بابەتـی گرنگیـدان بـە نەخـۆش بـۆ بگوازمـەوە:

«کێشـەیەکی دیکـە کە هەندێ جـار لەگەڵ نەخۆشـیدا دێـت و، هەنـدێ جاریـش بەتەنهـا دێـت، کێشـەی پیرییە، ئـەم کێشـەیە تەنهـا کاریگەریی لەسـەر تووشـبووەکە نابێت، بەڵکـو کاریگەریـی لەسـەر چواردەورەکەشـی دەبێت.

تاقیکردنەوەیەکـی گرنگـی دونیـای فانی نەخۆشـی و پیرییە، کـە پەروەردەیەکـی بێوێنـەن لەسـەر ئارامگرتـن. زۆر پەنـد لـە نەخۆشـیدا هەیە بۆ ئەو کەسـانەی بـە چاویلکەی بـاوەڕەوە لە

شـتەکان دەڕوانن.

هەمـوو نەخۆشـییەك -جا سـووك بن یـان گران- سـوود و پەیامـی خۆیان پێیـە بۆمان.

سـەرەتا، پـەروەردگاری سـەرچاوەی میهـر و بەزەیـی، بـۆ سـزادانی ئێمـە نەخۆشـی نانێرێـت. ئـەو زاتە هەرگیز ئیرادەی لەسـەر ئازارچەشـتن و گریانی ئێمـە نییـە، بەڵکو هـەردەم دەیەوێت ئێمـە دڵخـۆش و بەختەوەر بیـن، کەواتە ناردنـی سـەختترین نەخۆشـی بـۆ خۆشەویسـترین بەندەکانی سـەرەڕای ئەم هەمـوو سـۆز و میهرەبانییەی، دەبێـت ڕەنگدانەوەی ڕەحمەتێکـی دیکەی ئەو زاتە مەزنـە بێت.

جگـە لـەوەش ئـەو زاتـەی لـە هەمـوو شـتێکدا چەندەهـا حیکمەتـی هەژمارنەکـراوی خولقانـدووە، ناگونجێـت هـەروا لـە هیچـی خۆڕایـی و بـێ هیـچ هـۆ و ئامانجێـك نەخۆشـی بەدیهێنابێـت، کەواتـە بەدڵنیاییـەوە حیکمـەت و مەبەسـتی زۆر لـە نەخۆشیشـدا بوونیـان هەیـە.

پێـش هـەر شـتێك، نەخۆشـی دەبێتـە هۆکارێـك بۆئـەوەی دان بـە نـرخ و بەهـای نیعمەتەکانـی پەروەردگارمانـدا بنێیـن، ئەوەتـا کاتێـك دووچـاری نەخۆشـییەك دەبیـن لـە چاومـان، یـان دڵـمان، یاخـود گەدەمانـدا، تێدەگەین کـە ئەو ئەندامەمـان چەند گرنگە و، بە دروسـتی کارکردنی چەنـد نیعمەتێکی گەورەیـە، بەمجـۆرە لـە نـرخ و بەهـای هەمـوو ئـەو ئەنـدام و هەسـتانەمان تێدەگەیـن و، سوپاسـگوزاری زاتـی پـەروەردگار دەبیـن کـە ئەوانـەی پـێ بەخشـیوین.



مادەم ژیـان دێت و دەبڕێتـەوە، کەواتە ئەوەی جێـی بایـەخ بێت ژیانـی نەبڕاوەی ئـەو دونیایە، بۆیـە پێویسـتە لەسـەر ئـەو نەخۆشـیانە ئـارام بگریـن کـە میـوەی نەبڕاوەمـان پێدەبەخشـن و، بگـرە سوپاسـگوزاریش بیـن لەسـەریان، نـەك ناشـوکری بکەیـن.

جگە لەوەش هەر کەسێك نەخۆشییەکی تووش ببێت، زیاتر بیری خودا و دوارۆژ

دەکاتەوە و، خۆی بە هەوا و ئارەزووەکانی دونیاوە نابەستێتەوە، ئەم هەستەش هێندە قازانجێکی گەورەیە کە ئەگەر هەموو دونیاش لەبەرامبەریدا بدرێت هێشتا هەر کەمە، چ شتێك لەوە گرنگترە کە کەسێك خۆی لە خۆشییەکانی دونیا ببوێرێت و، ڕوو بکاتە ژیانی نەبڕاوە؟

بەتایبەتـی بـۆ ئـەو کەسـانەی کـە نەخۆشـی درێژخایەنیـان هەیـە، نەخۆشـییەکەیان کەشـێکی مەعنەویـی خۆشـیان بـۆ دروسـت دەکات، ئـەو کەسـانە بەجۆرێـك دەژیـن کـە وا هەسـت دەکـەن پێیەکیـان لـەم دونیایـە و پێیەکـی دیکەیـان لـەو دونیـا و، هەمـوو کات لـە خـوا دەپاڕێنـەوە و داوای یارمەتیـی لـێ دەکـەن و، لـە دڵـەوە دونیـا جـێ دەهێڵـن و، دڵیان وابەسـتەی دواڕۆژ دەکـەن.

دۆستێکی بەڕێزم، کە تووشی نەخۆشییەکی گرانی جگەر بووبوو، زۆر بەگرنگییەوە باسی ئەم لایەنەی نەخۆشییەکەی دەکرد. هەر بەڕاستی لە ڕواڵەتدا تووشبوون بە نەخۆشی شتێکی ناخۆشە، بەڵام کەوتنە بارێکەوە کە هەردەم وا هەست بکەیت لە ئاخیرەتدایت چێژێکی مەعنەویی هەیە، هەروەك حاڵی ئەفسەرێك کە تەنها چاوی لە دووی ڕەزامەندیی پەروەردگارە.

بە کورتی، پێویستە خزمەتکردنی نەخۆش و بەتەمەن وەك هەلێك بۆ خۆئامادەکردن بۆ دواڕۆژ بزانن و، ئارامگر بن لەسەری و سوپاسگوزار بن.

کەواتە ئەمە ڕاهێنانێکە لەسەر ئارامگرتن و خۆئامادەکردن بۆ دواڕۆژ».



38

هەنگاوی سی و هەشتەم

بنەما سەرەکییەکانی پەروەردەکردنی منداڵ

«پێویستە تازە هاوسەرەکان وەك قوتابییەك خۆیان بۆ پەروەردەکردنی منداڵ ئامادە بکەن. بەر لەوەی منداڵ بێتە خێزانەوە پێویستە کەموکوڕییەکانیان لەم ڕووەوە پڕ بکەنەوە، ئەگەر نا، ژیانێکی پڕ ئێش و ئازار دەست پێ دەکەن».

ئیسماعیل حەکیم ئۆغڵو

لـەو ڕێکخـراوەی کارم دەکـرد (خوولێـك بـۆ پێگەیاندنـی دایـك و باوکی پەروەرشـیار) ڕێکخـرا، بیسـتم خانمێـك کـە دوو منداڵـی هەیـە و نزیکەی دە سـاڵە پزیشـکە بەشـداربووە لـە خوولەکەدا.

کاتێك لەو خانمەم پرسی بۆ هەست دەکەیت کە پێویستت بەم خوولەیە، وەڵامێکی زۆر سەرنجڕاکێشی دامەوە و، وتی:

«مامۆسـتا! مـن پزیشـکم، بـەڵام لـە بـواری پەروەردەکردنـی منداڵـدا لێهاتوویـی تـەواوم نییـە، کاتێـك دوو منداڵەکـەم پـەروەردە دەکـەم، جارجـار تووشـی زەحمەتـی زۆر دەبـم، بۆیـە وام بە پێویسـت زانی کە بـۆ پڕکردنەوەی کەموکوڕییەکانـم لـە پەروەردەکردنـی منداڵەکانمدا بەشـداریی خوولێکی لەم شـێوەیە بکەم».

بـۆ ئەوانـەی دەیانەوێـت ببنـە دایـك و باوکێکی بـاش، جگە لـەم ڕێگایانە

هیــچ هەڵبژاردنێکــی دیکەیان لەبەردەمــدا نییە.

ئەم خانمە پزیشکە بەم وتانەی، وانەیەکی باشی بە من و بەو مامۆستایانەش دا کە بەشداری خوولەکە بوون.

بۆ دروســتکردنی کەشـێکی ئاسـوودە لــە خێزانــدا و، پێکهێنانــی ژیانێکی بەختــەوەر و، خســتنەوەی منداڵــی تەندروســت کۆمەڵێــك ئەرکــی گرنــگ دەکەوێتــە ســەر شــانی دایــك و بــاوك.

ئەو پەرۆشــی و شــڵەژانە شــیرینە و ئــەو ئامادەکارییە تایبەتانــەی لە خێزانە نوێیەکانــدا هەیــە، لەپێنــاو ئــەو منداڵانەیــە کــە چاوەڕوانــی هاتنیانــن، بــەڵام دەبێــت ئــەم ئامادەکارییانــە بــە کارزانانــە بکرێن.

ئەگــەر دایــك و بــاوك زانیاریی و شــارەزایی تەواویــان لــە پەروەردەکردنی منداڵــدا نەبێــت، ئــەوا ئــەم ئەرکــە گرنگــە یــان بــە هــاوکاری کەســانی دیکــە دەبــەن بەڕێــوە، یاخــود بــە کەموکورییەکــی زۆرەوە بەڕێــی دەکــەن، ئەمــەش دەبێتــە هــۆی ناتەندروســتی لــە گەشەســەندی ڕۆح و جەســتەی منداڵەکــە.

بنەما سەرەکییەکان لە پەروەدەکردنی منداڵدا

١- بەتایبەتــی خۆتــان بــۆ پەروەردەکردنــی منــداڵ ئامــادە بکــەن، کتێــب دەربــارەی پــەروەردەی منــداڵ بخوێننــەوە و، ســەردانی دەروونناس و پەروەرشــیاران بکــەن و، ســوود لە ئەزموونی کەســانی دیکــە وەربگرن.. پاش ئــەوەی هەســتتان کرد بــۆ پەروەردەکردنــی منداڵ ئامــادەن ئەوجــا چاوەڕوانی منــداڵ بن.

٢- زۆر باش چاودێریی منداڵەکەتان بکەن و باش بیناسن و، بزانن بە چ شتێك زۆر هەستیارە و، حەزی لە چییە و ڕقی لە چییە، ئیدی هەڵسوکەوتەکانتان لەگەڵی بەپێی ئەم خووانەی ڕێك بخەن.



٣- هەرگیز لە پێش چاوی منداڵەکەتان دەمەقاڵێ مەکەن و، وتەی ناشیرین بەیەك مەڵێن.

٤- هەرگیز فشار لەگەڵ خۆتان و لەگەڵ منداڵەکەتان بەکار مەهێنن.

٥- وریای سەعیکردن و نانخواردن و کاتی خەوتنی منداڵەکەتان بن، ئەگەر نا هەستی پابەندبوونی بە هیچ شتێکەوە نابێت.

٦- ئەگەر کاروپیشەتان هەیە، ئەوا کاتێك دەگەڕێنەوە بۆ ماڵ و کاتی پشووەکان لەگەڵ منداڵەکەتاندا بەسەر بەرن و پشت گوێی مەخەن.

٧- لای منداڵەکەتان بە خراپ باسی بەشێك لە خزمانتان مەکەن و، بە شان و باڵی بەشێکی دیکەشیاندا هەڵ بدەن، بەڵکو بە باش باسی هەموو کەسوکارتان بکەن لای منداڵەکەتان و لە بەرچاوی سووکیان مەکەن.

٨- زوو زوو لەگەڵ منداڵەکەتاندا بچنە سەیران و گەشت، چونکە منداڵ حەزدەکات لەگەڵ خێزانەکەیدا کات بەسەر بەرێت.

٩- ئامۆژگاریی منداڵەکانتان بکەن لە دەستگرتن بە کارەبا و ئاو و خواردنەوە و، هۆکاری ئەمەشیان بۆ ڕوون بکەنەوە.

١٠- هەفتانە یان مانگانە پارەیان بدەنێ، نەك هەر کاتێك داوایان کرد، با بەمجۆرە فێری باش بەکارهێنانی پارە بن.

١١- گرنگی دایك و باوك و خوشك و برایان تێبگەیەنن.



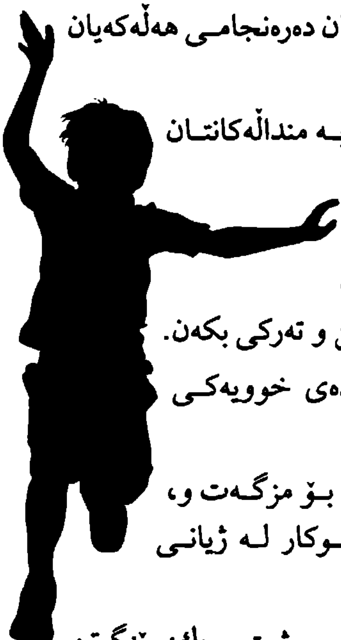
١٢- کەشێکی مەعنەوی لە ماڵدا بسازێنن و پەرستشەکان بەیەکەوە بکەن و، بەرنامەی کتێب خوێندنەوە دابنێن.

١٣- پێدامەگرن لەسەر ئەوەی هەموو داوایەکتان بەقسە بکەن.

١٤- ترستان نەبێت لە زۆر هاروهاجیی منداڵەکانتان.

١٥- کارەکانی منداڵەکە خۆی بە خۆی بکەن.

١٦- مەبنە خێزانێکی بەزەبروزەنگ، بەڵکو



چـاو لە هەندێك هەڵەیان بپۆشـن، بـەڵام بێگومان دەرەنجامـی هەڵەکەیان بـۆ ڕوون بکەنەوە.

١٧- بـە هەڵسـوکەوتەکانتان هەنـدێ پەیـام بـە منداڵەکانتـان بگەیەنن، نەك هەر بە قسە.

١٨- ئەگـەر هۆگرییەکـی خراپـی وەك جگەرەکێشـان و، مـەی خواردنەوەتـان هەیـە، لەبـەر تەندروسـتیی منداڵەکانتـان وازی لێبهێنـن و تەرکی بکەن.

١٩- کەسـێك مەبەنـە ماڵـەوە کـە ئالـوودەی خوویەکـی خـراپ بوویێـت.

٢٠- هەنـدێ بنەمـای گرنگـی وەك، چـوون بـۆ مزگـەت و، سـەردانی گۆڕسـتان و، سـەردان کردنـی کەسـوکار لـە ژیانـی منداڵەکانتانـدا بچێنـن.

٢١- منداڵەکانتـان فێـری بنچینەکانـی ڕێـز و ڕەوشـتی وەك: ڕێزگرتن لـە گـەورە و، خۆشویسـتنی بچووك و، ڕەوشـتی نانخـواردن و، ئادابی ناو مـاڵ و، هاوڕێیەتـی و، هاریـکاری بکەن.

٢٢- چـاوەڕێ بکـەن منداڵەکەتان خـۆی داوای لێبوردن بـکات، نەك ئێوە بە زۆر پێـی بکەن.

٢٣- هەرگیـز بـە منداڵەکەتـان نەڵێـن: «ئیـتر باوکـت نابـم»، «مـن دایکی تـۆ نابم».

٢٤- بواری گوزارشت لەخۆکردن بۆ منداڵەکەتان بڕەخسێنن، لە ڕێی شتانی وەك وێنە و هۆنراوە و چیرۆك و کاری دەستییەوە...

٢٥- هەمیشـە منداڵەکەتـان خۆشـبوێت و، دەسـت بەسـەریدا بهێنـن و، بـە «گوڵەکەم!» یـان «تاقانە» بانگـی بکـەن و، پێـی بڵێـن کەسـێکی زۆر بەنرخـە، چونکـە ئـەم وتانە منداڵ زۆر دڵخـۆش دەکـەن و، وابەسـتەی دایـك و باوکـی دەکـەن.

دایك و باوكێك كە خۆیان نموونەیی نەبن، ناتوانن منداڵی نموونەیش پەروەردە بكەن.

مەقبولە ئێرتوغروڵ



٢٦- بیرتان بێت هەر هەڵسوکەوتێکی ئەرێنیتان کاریگەریی لەسەر تەندروستیی ڕۆحیی منداڵەکەتان دەبێت.

٢٧- کاتێك منداڵەکەتان سەرکەوتوو نابێت لە بری تووڕەبوون و ڕەخنەگرتن پێی بڵێن: «دڵنیام کە ئەم جارەیان ئەم بابەتەت بەر چاو نەکەوتووە، بەڵام دڵنیام کە جاری داهاتوو ئەم هەڵەیە دووبارە ناکەیتەوە».

٢٨- ئێـوەی دایـك و بـاوك بـە وریاییـەوە لەگـەڵ منداڵەکانتانـدا بجوڵێنـەوە، بـا ڕەفتارەکانتـان هاوشـێوە و گونجـاو بـن، نەکـەن کەسـتان بـە پێچەوانـەی ڕەفتـاری ئـەوی دیکەتانـەوە بجوڵێتـەوە، قسـەی یەکتریـش بـە درۆ مەخەنـەوە.

٢٩- کاتێـك منداڵەکەتـان هەڵەیـەك دەکات پێویسـتە سـەرەتا بەهێـوری ئـاگاداری بکەنـەوە لێـی، هەردووکتـان پێکـەوە هەڵمەکوتنە سـەری، بەڵکو با لە کاتێکـی گونجاودا و بە شـێوەیەکی گونجـاو یەکێکتـان وریـای بکاتەوە.

باشترین دایك و باوك، ئەوانەن کە منداڵەکانیان بە منداڵ دەبینن و، خۆشیان دەبنە منداڵ بۆیان.

پرۆفیسۆر دکتۆر عوسمان چاکماك

٣٠- لـە ڕووی منداڵەکەتانـدا مەبنـە دوو بـەرەوە و، یەکێکتـان دەسـتی بگرێـت و یەکێکـی دیکەتـان وێڵـی بـکات، چونکـە لـەم کاتـەدا منداڵەکەتان سـەری لێ دەشـێوێنت و، ڕەنگـە بـەم هۆیـەوە یەکێکتانی خۆشـبووێت و، ئـەو دیکەتانی خۆشـنەوێت.

٣١- کاتێـك منداڵەکەتـان هەڵەیـەك دەکات کارێکـی باشـە ئەگـەر لەبری سـزای ڕاسـتەوخۆ پێـی بڵێـن: «هەمـوو منداڵێك هەڵـە دەکات».

٣٢- دەشێت منداڵێك کە هەڵەیەك دەکات بەهۆی ترسی دووبارەکردنەوەی هەڵەکەیەوە، تووشی دڵەڕاوکێ و ترسی زۆر ببێت، لەم کاتەدا بڕۆن بەلای منداڵەکەتانەوە و هێوری بکەنەوە و، هەوڵ بدەن تێی بگەیەنن کە شتێکی

هێندەش نائاسایی نەکردووە، هەموان هەڵە دەکەن، گرنگ ئەوەیە دووبارەی نەکاتەوە.



٣٣- بۆ ئەوەی منداڵەکان لە خۆیان و، لە داهاتوویان و، لەوەش کە ژیانێکی بەختەوەریان دەبێت دڵنیا بن، پێویستە متمانەیان بە گەورەکان هەبێت و بڕوا بکەن کە هەموو شتێك لە خێزانەکەیاندا بە شێوەیەکی گونجاو دەچێت بەڕێوە.. بۆ ئەوەی ئەم هیوایەش بە منداڵەکانتان بدەن پێویستە هەوڵێکی زۆر بخەنە گەڕ.

٣٤- ژینگەیەکی گونجاو بڕەخسێنن بۆ ئەوەی منداڵەکان یاریی تێدا بکەن و، ئەو وزەیەی هەیانە بیخەنەگەڕ، چونکە کردنە سووچی ژوورەوە و، هەمیشە ڕێ لێگرتنیان، نەرێنیترین هەڵسوکەوتە کە بەرامبەریان بکرێت.

٣٥- دەرفەت بۆ منداڵەکانتان بڕەخسێنن، تا هەندێ کار بکەن، چونکە پاش ئەوە زیاتر متمانەیان بە خۆیان دەبێت، ڕەنگە گەر دەرفەتیشی بۆ بڕەخسێنن هەوڵی کارێك بدات کە سەرکەوتووانە نەبێت، بۆیە ئەوکات پێی بڵێن: «گرنگ ئەوە بوو تۆ هەوڵی خۆت دا، من لەم کارەت ڕازیم». کاتێکیش سەرکەوتوو دەبن لە کارەکانیاندا ستایشیان بکەن.

٣٦- هاوکاریان بن تا لەسەر خوێندنەوە و ڕێکخستنی کاتەکانیان ڕادێن، هەروەها تادەتوانن ڕێی ڕاستیان نیشان بدەن.

٣٧- هەوڵ بدەن خۆشەویستیی نیشتیمان و، هەستی گرنگیی ماف و ڕاستی و، هەستی جیاکردنەوەی حەڵاڵ و حەرام و، بەها ئاینییەکان لە ناخیاندا بروێنن، چونکە گەر ئەم هەستانەیان لا دروست نەبێت، ئەوکات بۆشاییەك لە دەروونی منداڵەکاندا پەیدا دەبێت.

٣٨- پێویستە دایك و باوك گرنگی بەوە بدەن ڕەفتار و وتەکانیان لەگەڵ منداڵەکەیان لەگەڵ یەك گونجاو بن، چونکە ئەگەر هەڵسوکەوت و قسەکانیان پێچەوانەی یەك بن، ئەوکات متمانەیان لای منداڵەکەیان کەم دەبێتەوە.

٣٩- زۆر وریـای ئـەوە بـن لـە نێـوان منداڵەکانتانـدا دادپـەروەر بـن و جیـاوازی لـە نێوانیانـدا نەکـەن، چونکە ئەو شـتەی منـداڵ ئەوپـەڕی دڵگران دەکات ئەوەیـە فەرامـۆش بکرێـت یان لە شـتێکدا یەکێکی تری بەسـەردا هەڵ ببژێردرێت.

٤٠- زوو زوو ئـەو قسـانە بکەن کە منداڵەکەتان پێی خۆشـە و بەوجۆرەش هەڵسـوکەوتی لەگـەڵ بکـەن و، بـە پێی توانا ئەو شـتانەی بۆ بکـڕن کە حەزی لێیانـە، چونکـە ئەمانە پەیوەندییەکی بـاش لە نێوانتانـدا بەرهەم دێنن.

٤٢- هاوسـەنگییەك لـە نێـوان زۆر توندڕەفتـاری و فشـار کـردن و، زۆر شـلگیریی و لێبووردەییـدا ڕابگـرن.

٤٣- وەکـو دایـك و بـاوك، جارجـار ڕەفتارەکانتـان لەگـەڵ منداڵەکانتاندا هەڵبسـەنگێنن و، بزانـن چەندێـك بەرهەمیـان هەبـووە، یان چەندێـك زیانیان بـە منداڵەکانتـان گەیاندووە.

بـۆ ئـەوەی بزانـن چەندێـك لێهاتوویتـان لـە پەروەردەکردنـی منداڵـدا هەیـە، لـە هەڵسـوکەوتی منداڵەکانتـان بڕوانـن، ئەگـەر کارەکان بەشـێوەیەکی گونجـاو دەڕۆیشـتن بەڕێـوە، ئـەوا نەکـەن ئیـدی پاڵـی لـێ بدەنـەوە، بەڵکـو دەسـت لـەکارەکان بەرنـەدەن تـا بزانـن بۆخۆیان بە کـوێ دەگـەن، ئەگەریش کارەکان بەباشـی نەدەگـوزەران ئـەوا کەموکوڕییەکانتـان دەستنیشـان بکەن و، لـە ماوەیەکـی کەمـدا هەوڵـی چارەسـەرکردنیان بـدەن.

"وانەکانی دایکی ڕەحمەتیم، وەك تۆوێك دەبینم لەناو زۆر لەو حەقیقەتە گەورانەی کە ئێستا لەم تەمەنی هەشتا ساڵییەمدا دەرکیان پێ دەکەم".

بەدیعوززەمان

پێڕست

Adım Adım Evlilik

لەم سالانەی دواییدا کتێبێکی زۆر دەربارەی (هاوسەرێتی) نووسراون، لەنێو ئەمانەشدا بوونی ئەو پەرتووکانەی کە خێزان بە دامەزراوەیەکی بنەڕەتیی کۆمەڵگە وەسف دەکەن بەرەوپێشچوونێکی دڵخۆشکەرەیە، چونکە چەند گرنگی بە خێزان بدرێت، هێندەش تاك و کۆمەڵ ئاسوودە و کامەران دەبن.

بابەتەکانی ئەم کتێبە بەشێواز و تێڕوانینێکی نوێ و کردەیی نووسراون. هەروەها گرنگییەکی تایبەت بەو بابەتانە دراوە کە پەیوەندییان بە پێویستییە گرنگەکانی ئەندامانی خێزان و گیروگرفتی ڕۆژانەیانەوە هەیە..

لە گرنگترین سەرباسەکانی ئەم پەرتووکەش:

- ئایا هەموو دۆستایەتییەکی نێوان کوڕ و کچ هاوسەرگیرییەکی خۆشبەختی لێ دەکەوێتەوە؟
- بنەماکانی هەڵبژاردنی هاوسەر.
- سوود و زیانەکانی هاوسەرگیریی نێوان خزمەکان.
- توندوتیژی لە خێزاندا چارەسەر نییە.
- شەڕی بووك و خەسوو و، ڕێگاکانی چارەسەری.
- زیاد لەیەك جار ژن هێنان لە چ کاتێکدا پەسەندە؟
- "ئازادیی سێکسی" کۆیلایەتییە؟

0-0313-0000-6

9 780031 300003

نرخی (٦٠٠٠) دینارە

ناوەندی ڕاگەیاندنی ئارا

ARA Media Center

www.aramediacenter.com

info@aramediacenter.com